



## साधना-खण्ड की उपनिषद्-सूची

भूमिका	...	१-६६	
१. योगचूडामण्युपनिषत्	...	६६	
२. महोपनिषत्	---	६१	
३. त्रिशिखन्नाह्नोपनिषत्	...	१८५	वर्णन
४. अद्वयतारकोपनिषत्	...	२१६	तका
५. पाशुपतब्रह्मोपनिषत्	...	२२४	और
६. प्राणान्निहोत्रोपनिषत्	...	२३६	इत्य-
७. योगकुण्डल्युपनिषत्	...	२४७	बड़ा
८. ध्यानविन्द्वुपनिषत्	...	२७७	र न
९. अक्षमालिकोपनिषत्	...	२६६	
१०. रुद्राक्षजावालोपनिषत्	...	३११	। है
११. रामपूर्वतापिन्युपनिषत्	---	३२४	का
१२. गोपालपूर्वतापिन्युपनिषत्	---	३४१	रा
१३. कृष्णोपनिषत्	...	३५५	र्चा
१४. गणपत्युपनिषत्	...	३६२	—
१५. नृसिंहपूर्वतापिन्युपनिषत्	...	३६८	श
१६. नृसिंहपट्टवक्रोपनिषत्	...	३६७	र
१७. दक्षिणामृत्युपनिषत्	...	४०१	

१८.	घरभोपनिषत्	...	४१०
१९.	रुद्रोपनिषत्	...	४१८
२०.	कालाग्निरुद्रोपनिषत्	...	४२२
२१.	नीलरुद्रोपनिषत्	...	४२५
२२.	रुद्रहृदयोपनिषत्	...	४३१
२३.	गरुडोपनिषत्	...	४४०
२४.	लांगूलोपनिषत्	...	४४८
२५.	गायत्रीरहस्योपनिषत्	...	४५४
२६.	सावित्र्युपनिषत्	...	४६४
२७.	सरस्वतीरहस्योपनिषत्	...	४६६
२८.	देव्युपनिषत्	...	४८४
२९.	बह्वृचोपनिषत्	...	४९१
३०.	सौभाग्यलक्ष्म्युपनिषत्	...	४९५
३१.	त्रिपुरोपनिषत्	...	५०८
३२.	सीतोपनिषत्	...	५१५
३३.	राघोपनिषत्	...	५२५
३४.	तुलस्युपनिषत्	...	५२९
३५.	नारायणोपनिषत्	...	५३४
३६.	सूर्योपनिषत्	...	५३८
३७.	भावनोपनिषत्	...	५४३
३८.	चतुर्वेदोपनिषत्	...	५४९
३९.	चाक्षुषोपनिषत्	...	५५२
४०.	कलिसंतरणोपनिषत्	...	५५५

# भूमिका

—:❀:—

## साधना के सत्परिणाम

उपनिषदों में योग साधना की अनेक विधियों का वर्णन है और उनका प्रयोग करने पर जो सिद्धियाँ प्राप्त होती हैं, उनका भी यथास्थान सकेत है। साधना से आत्मबल बढ़ता है और उसकी अभिवृद्धि से शरीर एवं मन के प्रत्येक क्षेत्र का जाज्वल्यमान होना स्वभाविक है। आत्मबल संसार का सबसे बड़ा आश्चर्य है, वह जहाँ भी रहेगा वहाँ चमत्कार क्यों दृष्टिगोचर न होगा ?

उपनिषदों में वर्णित योग साधनाओं का अपना महत्व है और साथ ही उस महत्व के अनुरूप अनेक प्रकार के लाभों का भी समन्वय है। साधना-खण्ड के उपनिषदों में साधना द्वारा लौकिक और पारलौकिक अनेक प्रकार के लाभों की चर्चा स्थान-स्थान पर मिलती है। उनकी एक झाँकी नीचे प्रस्तुत है:—

“जीभ और चित्ता दोनों कपाल के छिद्र रूप आकाश में फिरते हैं, तब ऊपर गई हुई जीभ वाला यह पुरुष अमर हो जाता है।”

‘बाये पैर के मूल से मूलरंध्र को दबाकर दाहिना पैर



पसार कर उसे दोनों हाथों से पकड़ना और फिर दोनों नथुनों से वायु भरकर कण्ठबन्ध के ऊपर चढ़ाना और उठी हुई वायु को रोकना, इससे सर्व क्लेशों का नाश हो जाता है, विष भो अमृत को तरह पच जाता है। क्षय, गुल्म, गुदावर्त और चर्म के पुराने रोग नष्ट होजाते हैं। प्राण को जीतने का यह उपाय सर्वमृत्यु का नाश करने वाला है।

“बायें पैर की ऐड़ी को गुदा-स्थान के साथ जोड़कर दाहिना पैर बायें पैर रखना और वायु भर कर ठोड़ी को हृदय की तरफ दबाकर गुदा-स्थान को संकोच कर मन के मध्य यथाशक्ति धारण करके अपने आत्मा का हवन करना, इससे अपरोक्ष सिद्धि [ सूक्ष्म जगत की जानकारी ] होती है।

“जो पुरुष जीभ से वायु खींचकर निरन्तर पिया करता है, उसे श्रम का दाह नहीं होता और रोग नाश होते हैं। जो जीभ से वायु लेकर उसे जीभ के मूल में रोकता है, वह अमृत पीता है और उसका सब प्रकार कल्याण होता है।

“जो मनुष्य एक मुहूर्त समय तक भी मन के साथ वायु को नासाग्र पर नित्य धारण करता है, उसके संकड़ों जन्मों के पास पूर्णतः छूट जाते हैं।

“नेत्र की पुतली में चित्त का संयम करने से सब विषयों का ज्ञान होता है। नाक के अग्रभाग पर चित्त का संयम करने से इन्द्रलोक का ज्ञान होता है, उसके नीचे चित्त का संयम करने से अग्निलोक का ज्ञान होता है। चक्षु में चित्त का संयम करने से सर्वलोक का ज्ञान होता है, श्रोत्र में चित्त का संयम करने से यमलोक का ज्ञान होता है। .....वाई आंख में संयम करने से शिवलोक का ज्ञान होता है, मस्तक में संयम करने से ब्रह्मलोक का ज्ञान होता है। .....मस्तक में चित्त का संयम

करने से सत्यलोक का ज्ञान होता है, धर्म तथा अधर्म से संयम करने से भूत भविष्य का ज्ञान होता है, विभिन्न प्राणियों की आवाज करने से उनकी बोली का ज्ञान होता है, संचित कर्म में संयम करने से पूर्वजन्म का ज्ञान होता है, दूसरे के चित्त में संयम करने से दूसरे के मन का ज्ञान होता है । ...—कण्ठ कूप में संयम करने से भूख प्यास जाती रहती है । शरीर के आकाश में संयम करने से आकाश में गति कर सकता है । इस प्रकार भिन्न-भिन्न स्थानों में संयम करने से वे ही सिद्धियाँ प्राप्त होती हैं ।”

### —शाण्डिल्य उपनिषद्

“महामुद्रा के प्रभाव से पथ्य-अपथ्य ही नहीं, सब प्रकार का नोरस भोजन भी रसवान बन जाता है, अधिक खाया हुआ और तीव्र विष भी अमृत के समान पच जाता है । क्षय, कोढ़, गुदावर्त्त, ( भगन्दर ) गुल्म, अजीर्ण और भागे होने वाले समस्त रोग नष्ट होजाते हैं ।”

### —योगचूड़ामणि उपनिषद्

“भगवान् आदिनाशयण ने कहा—योग से योग की वृद्धि होती है । इसलिये योग के द्वारा ही योग जाने । योग में सदा दत्तचित्त योगी चिरकाल तक सुखोपभोग करता है ।”

### ---सौभाग्यलक्ष्मी उपनिषद्

“नाड़ी शुद्ध होने पर उसके चिन्ह भी दिखाई देने लगते हैं । शरीर में हलकापन जान पड़ता है, जठराग्नि तीव्र हो जाती है, शरीर भी निश्चित रूप से कृश हो जाता है ।”

योगी के लिये तीनों लोकों में कुछ भी दुर्लभ नहीं रहता ।.....अतिमानुषी चेष्टायें करने लगता है, पर इस

प्रकार की शक्ति और सामर्थ्य किसी को दिखलानो नहीं चाहिये ।-----अभ्यास बढ़ाने से बड़ी शक्ति प्राप्त हो जाती है इस प्रकार भूचर सिद्धि प्राप्त होने से समस्त भूचरों पर विजय प्राप्त होजाती है । व्याघ्र, शरभ, हाथी, सिंह आदि योगी के हाथ की मार से ही मर जाते हैं ।-----ब्रह्मचर्य को धारणा से देह से सुगंध आने लगती है ।-----सदाशिव की धारणा आकाश में करने से आकाश गमन की शक्ति प्राप्त होती है ।-----पांच प्रकार की धारणाओं से शरीर दृढ़ होजाता है, मृत्यु का भय जाता रहता है और वह ब्रह्मप्रलय होने पर भी दुखी नहीं होता ।-----सगुण रूप साधना से अणिमा आदि सिद्धियां प्राप्त होती है और निर्गुण ध्यान करने से समाधि की प्राप्ति होती है ।-----जीवात्मा और परमात्मा की समान अवस्था हो जाती है । अगर अपनी देह छोड़ने की इच्छा हो तो उसे आसानी से छोड़ा जा सकता है और फिर जन्म नहीं लेना पड़ता । यदि उसे शरीर प्रिय हो तो वह शरीर में स्थिर रहकर अणिमादि सिद्धियों से युक्त सब लोकों में विहार कर सकता है और चाहे तो कभी भी स्वर्ग में देवता हो सकता है । वह अपनी इच्छा से मनुष्य अथवा यक्ष बन सकता है और सिंह व्याघ्र, हाथी आदि कोई रूप ग्रहण कर सकता है ।”

### --योगतत्त्व उपनिषद्

“अंगूठा आदि अपने अवयवों में स्फुरण वन्द हो जाने पर शीघ्र ही अपने जीवन का अन्त होना ससप्त लेना चाहिए । इस प्रकार अनिष्टसूचक संकेतों को जानकर योगी को मोक्ष साधन में ध्यान लगाना चाहिये । जिसके पैर तथा हाथ के अंगूठों में स्फुरण न जान पड़े उसका जीवन एक वर्ष में समाप्त

हो जाता है। मणिबन्ध ( कलाई ) और गुल्फ ( टखना ) का स्फुरण बन्द हो जाने पर छै महीने तक जीवित रहता है। जब कोहनी में स्फुरण न हो तो जीवन की अवधि तीन मास रह जाती है। यदि कुक्षि, उपस्थेन्द्रिय में स्फुरण न हो तो एक महीने में और नेत्रों में स्फुरण न हो तो पन्द्रह दिन में जीवन का अन्त हो जाता है। जठर द्वार पर स्फुरण न होने से जीवन की अवधि दस दिन रह जाती है और ज्योति जुगनू के समान हो जाय तो पाँच दिन ही शेष रह जाते हैं। अगर जिह्वा दिखलाई पड़नी बन्द हो जाय तो तीन दिन का समय समझना चाहिये। ये सब अनिष्ट आयु के क्षय के कारण रूप हैं।”

### —त्रिशिख ब्राह्मण उपनिषद्

“हृदय स्थान में अष्टदल कमल है। वही ऐसा सोचता है कि मैं सब कर्मों का कर्त्ता, भोक्ता, सुखी, दुखी, काना, बहिरा, दुबला, मोटा आदि हूँ। उसमें जीवात्मा ज्योति रूप अणुमात्र में रहता है। उसी में सब कुछ प्रतिष्ठित है। उस कमल का पूर्व दल श्वेत वर्ण का है। उसमें निवास करने से भक्ति और धर्म में मति रहती है। जब आग्नेय दिशा के रक्तवर्ण दल में निवास होता है तब निद्रा और आलस्य में मति होती है। दक्षिण वाले कृष्ण दल में निवास होने पर द्वेष और कोप में मति होती है। नैऋत दिशा के नीलवर्ण दल में निवास करता है तब पापकर्म और हिंसा में मति रहती है। जब पश्चिम में स्फटिक वर्ण वाले दल में निवास करता है तब क्रीड़ा, विनोद में मति होती है। जब वायव्य कोण के माणिक्य रंग वाले दल में निवास करता है तब चलने और वैराग्य की भावना होती है। जब उत्तर के पीतवर्ण दल में निवास करता है तब सुख, शृङ्गार

में मति होती है । जब ईशानकोण में वैदूर्य मणि के वर्ण के दल में निवास करता है तब दान, दया, एवं करुणा में मति होती है । संधियों में संधि की मति रहती है, तब वात, पित्त, कफ सम्बन्धी व्याधियों का प्रकोप होता है । जब मध्य में मति रहती है तब गाने, नृत्य करने, पढ़ने और आनन्द करने में मति होती है ।”

### —ध्यानबिन्दु उपनिषद्

मूलाधार में वीणा से उठने वाला अमूर्तनाद जान पड़ता है । उसी के मध्य में शङ्ख आदि के समान ध्वनि होती है । कपाल कुहर के मध्य में आकाश रन्ध्र से जाता हुआ नाद मोर के शब्द तुल्य होता है ।”

### —ध्यानबिन्दु उपनिषद्

“जिह्वा को लौटकर कपाल कुहर में ले जाय और दोनों भाहों के मध्य में दृष्टि को जमाकर रखे । इसके अभ्यास से रोग और मरण का भय नहीं रहता है और निद्रा भूख प्यास भी नहीं सताती । खेचरी मुद्रा द्वारा जिसने तालु के छेद को बन्दकर लिया है, उसका वीर्य क्षय नहीं होता है चाहे वह स्त्री का आलिङ्गन ही क्यों न करे और जब तक वीर्य देह में स्थित है तब तक मृत्यु का भय कैसा ? जब तक खेचरी मुद्रा रहेगी तब तक वीर्य पतन नहीं हो सकता ।”

### —ध्यानबिन्दु उपनिषद्

जिसने खेचरी द्वारा जिह्वा के ऊपरी विवर को बन्दकर लिया है उसका बिन्दु ( वीर्य ) फिर किसी तरह नष्ट नहीं हो सकता । रमणी के आङ्गिकन का भी उस पर प्रभाव नहीं पड़ता । जब तक देह में वीर्य स्थित है तब तक मृत्यु का क्या भय है ?”

### —योगचूड़ामणि उपनिषद्

“जब वह नाद, अक्षर में लय हो जाता है तब शब्द रहित परम पद का रूप होता है। अनाहत शब्द से भी परे जो शब्द है उसके पाने से ही योगी के संशय की निवृत्ति होती है।”

### —ध्यानबिन्दु उपनिषद्

“तालु मूल के ऊर्ध्व भाग में महाज्योति-किरण-मण्डल होता है, वही योगियों का लक्ष है। उसी से अणिमादि सिद्धियाँ प्राप्त होती हैं। जब साधक की अन्तर और बाह्य लक्ष्य को देखने वाली दृष्टि स्थिर हो जाती है तब शांभवी मुद्रा होती है। इस मुद्रा से युक्त ज्ञानी के निवास करने की भूमि पवित्र मानी जाती है और लोग उसके दर्शन से ही पवित्र हो जाते हैं।”

### —अद्वयतारकोपनिषद्

“आरम्भिक अभ्यास में यह नाद कई तरह का होता है। पहले तीव्र होता है पीछे अभ्यास से वह धीमा होता जाता है। इस नाद की ध्वनि झींगुर, शरणा, भ्रमर, वीणा, वंशी, घुंघरू आदि की तरह सुनाई देती है।

भ्रमर जिस तरह फूलों का रस ग्रहण करता हुआ गंध की अपेक्षा नहीं करता, उसी तरह नाद में रुचि लेने वाला चित्त विषय वासना की दुर्गन्ध की इच्छा नहीं रखता। जिस तरह सर्प नाद को सुनकर मस्त होजाता है, उसी तरह चित्त उस नाद में आसक्त होकर सभी प्रकार की चंचलतायें भूल जाता है और एकाग्रता आने लगती है। वासनाओं के वन में घूमने वाला मन रूपी हाथी नाद के अभ्यास रूपी अंकुश से ही काबू में आ पाता है। जब शब्दों के साथ मिला हुआ नाद

अक्षर-ब्रह्म में लीन हो जाता है तब शब्द सुनाई नहीं देते ।  
यही परमपद है । ”

### —नादबिन्दु उपनिषद्

“नारायण ने कहा—ज्ञान युक्त यमादि को अष्टाङ्ग योग कहते हैं । शीत, उष्णता, आहार और निद्रा पर विजय सदैव शान्ति, निश्चलता और इन्द्रियों पर नियंत्रण, ये यम हैं । गुरु-भक्ति, सत्यमार्ग पर प्रीति, संतोष, अनासक्ति, एकान्तवास, मन पर अंकुश, फल की इच्छा का अभाव और वैराग्य, ये नियम हैं । सुख पूर्वक लम्बे समय तक एक ही स्थिति में रहना और स्वल्प बस्त्र धारण करना आसन कहलाता है । सोलह मात्रा का पूरक, चौंसठ मात्रा का कुम्भक और बत्तीस मात्रा का रेचक यह प्राणायाम है । इन्द्रियों के विषयों से मन को पीछे खींचना यह प्रत्याहार है । मन को चैतन्य में स्थिर करना धारणा है । सब शरीरों में एक मात्र चैतन्य ही है ऐसी स्थिरता यही ध्यान है और ध्यान को भी भूल जाना यह समाधि है । यह सूक्ष्म साधना है । जो इसको जानता है वही मुक्ति प्राप्त करता है । ”

### —मण्डलब्राह्मण उपनिषद्

“भौहों और नासिका को जहां संधि है वहीं स्वर्ग तथा उससे भी उच्च परमधाम का संधि-स्थान है । वही अवि-मुक्त (काशी) है । ब्रह्मज्ञानी जन इसी संधि को संध्या रूप में साधना करते हैं । जो साधक इस प्रकार जानने वाला है कि अव्यक्त ब्रह्म की साधना का स्थान अविमुक्त क्षेत्र (काशी) अधिभौतिक स्थान है और भौहों तथा नासिका का संधि स्थान आध्यात्मिक काशी है, वही ज्ञानी यथार्थ ज्ञानोपदेश में समर्थ सकता है ।

यही आध्यात्मिक अविमुक्त क्षेत्र ( काशी ) सबसे बड़ा तीर्थ है । यही देवताओं के लिये भी पवित्र है । यही सब देह-धारियों के लिये परमात्म प्राप्ति का स्थल है । यहाँ जब प्राणी के प्राण निकलते हैं तब अमृतत्व की प्राप्ति होती है । ”

—श्रीरामोत्तरतापनीयोपनिषद्

❀

❀

❀

लौकिक सुख शान्ति, ऐश्वर्य, आनन्द, समृद्धि सफलता से लेकर पारलौकिक अन्तः बुद्धि, आत्मसाक्षात्कार, स्वर्ग, मुक्ति, ब्रह्मप्राप्ति, अमृतत्व आदि सभी संभव सफलताओं का स्रोत साधना ही है । साधना के बिना केवल देव के आश्रय बैठे रहने से किसी को कोई सफलता नहीं मिल सकती, इसलिये उपनिषद-कारों ने पग-पग पर साधना परायण होने के लिये उपदेश दिया है । बालक, वृद्ध, स्त्री-पुरुष, रोगी-निरोगी, व्यस्त-निवृत्त सभी कोई अपनी-अपनी स्थिति के अनुरूप साधना कर सकते हैं और अपने लिये अनुकूल सफलताएँ प्राप्त कर सकते हैं । यह आवश्यक नहीं कि जो साधनाएँ योगी के लिए उप-युक्त हैं वे ही सब को करनी चाहिये । प्रत्येक परिस्थिति के व्यक्ति के लिये उसी लक्ष को प्राप्त कराने वाली साधनाएँ मौजूद हैं । इन उपनिषदों में भी उस भिन्नता का यत्र-तत्र वर्णन है । अनुभवी मार्गदर्शकों से तो हर कोई अपनी स्थिति के अनुरूप साधना पथ जान सकता है और उस मार्ग पर चलते हुए धीरे-धीरे लौकिक और पारलौकिक सिद्धियाँ उपलब्ध करता हुआ पूर्णता के लक्ष तक पहुँच सकता है ।

## अष्ट सिद्धियाँ

साधना का परिणाम 'सिद्धि' है । जीवनोद्देश्य की पूर्णता ही सबसे बड़ी सिद्धि मानी जाती है । साधना का लक्ष ।



उसे ही प्राप्त करना है। ८४ प्रकार के योग उसी लक्ष तक पहुँचने के मार्ग हैं। इस मंजिल तक पहुँचाने में योग साधना ही एक मात्र अवलम्बन है।

साधना मार्ग पर चलते हुये मील के पत्थरों की तरह अनेक छोटी-मोटी सिद्धियाँ भी बीच-बीच में आती हैं। इनसे लौकिक ऐश्वर्य और पारलौकिक सुख शान्ति का मार्ग प्रशस्त होता है।

सिद्धियों का वर्णन सभी योग ग्रन्थों में मिलता है। योगी और सिद्ध पुरुषों में कुछ विलक्षण प्रतिभा, सामर्थ्य एवं शक्ति देखी भी जाती है। उनमें सामान्य मनुष्य की अपेक्षा कुछ विशेष आत्मबल होता है, जो विविध रूपों में परिलक्षित होता है। सिद्ध पुरुष अपनी उपाजित सिद्धियों का लाभ अपने निज के लिये नहीं उठाते पर उससे दूसरे सत्पात्रों को लाभान्वित करते रहते हैं। अपना आत्मबल देकर दूसरों की आत्मा को ऊपर उठा देने की महान सेवा तो वे निरन्तर करते ही रहते हैं। यदा कदा किन्हीं सांसारिक अभाव और कष्टों से पीड़ित व्यक्तियों को अपनी साधना का एक अंश देकर उन्हें कष्टमुक्त कर देते हैं। ऐसी स्थिति में उन्हें अपना पुण्य-तप कष्ट पीड़ित को दान रूप में देना पड़ता है और उसके कठिन प्रारब्ध-भोग को भुगतने को स्वयं तत्पर होना पड़ता है। संसार में हर वस्तु एक नियत नियम के आधार पर चल रही है। केवल सूखा आशीर्वाद देने से किसी का कोई भला नहीं हो सकता। सच्चा आशीर्वाद जो फलित हो, वही दे सकता है जिसके पास तप की पूँजी संग्रहीत हो और उसके एक भाग को आशीर्वाद के साथ देते हुये दूसरे का कठिन प्रारब्ध भोगने के लिये स्वयं तैयार हो। शक्ति-पात के द्वारा दूसरों की आत्मा को ऊँचा उठाने में भी यही प्रकृया पूर्ण करनी पड़ती है। यह सब सिद्ध पुरुषों के लिये ही

संभव है और सिद्धि साधना के ऊपर टिकी हुई है। कठिन तपश्चर्या द्वारा ही उसे उपार्जित या उपलब्ध किया जा सकता है। उपहार के रूप में वह किसी को नहीं मिलती।

साधना मार्ग के पथिकों को समयानुसार जो सिद्धियाँ मिलती हैं, उनका वर्णन योगशास्त्रों में मिलता है। उनकी संख्या आठ है, इन्हें अष्ट सिद्धियाँ भी कहते हैं। इनका वर्णन इस प्रकार है :—

(१) आत्म सिद्धि—इन्द्रिय संयम, मनोनिग्रह, स्थित-प्रज्ञता की प्राप्ति, समाधि, आत्म-साक्षात्कार, ईश्वर दर्शन, तत्त्व ज्ञान, भूतजय, मोक्ष, पंच क्लेशों से निवृत्ति, भव बन्धनों से मुक्ति, संसार की किसी भली-बुरी परिस्थिति का प्रभाव ग्रहण न करना।

(२) विविधा सिद्धि—पंच तत्त्वों पर नियन्त्रण, उनके द्वारा अभीष्ट वस्तुएँ तथा परिस्थितियाँ उत्पन्न कर सकना, दूसरों के मन में अपनी भावना तथा मान्यता की स्थापना।

(३) ज्ञान सिद्धि—तीक्ष्ण बुद्धि, तीव्र स्मरण शक्ति, भूतकाल में हुई तथा भविष्य में होने वाली घटनाओं को जान सकना, दूरस्थ और समीपवर्ती परिस्थितियों का समान रूप से साक्षात्कार, पूर्वजन्मों का वृत्तान्त जानना, सब प्राणियों के मनो-गत भावों को जानना, शास्त्रों का सार दर्शन, अन्तःकरण में वैराग्य और निस्पृह प्रेम।

(४) तप सिद्धि—कठोर तप कर सकने की शक्ति, सर्दी-गर्मी को बिना कष्ट के सहन, भूख प्यास कर नियन्त्रण, जल थल और आकाश पर विचरण कर सकना।

(५) क्षेत्त सिद्धि—थोड़े स्थान में बहुत विस्तृत वस्तुओं का समा सकना, सूक्ष्म शरीर द्वारा देश देशान्तरों और लोक

लोकांस्तरों में भ्रमण कर सकना, अपने तेजस को बाहर योजन प्रदेश तक फैलाकर उस क्षेत्र के दुख तथा अभावों को दूर कर सकना, शरीरस्थ देवताओं का साक्षात्कार ।

(६) देव सिद्धि—देवताओं, यक्ष, गन्धर्व, प्रेत, पिशाच, बेताल, ब्रह्म राक्षस छाया पुरुष आदि का अनुग्रह, स्वामित्व और सहयोग प्राप्त करना । मन्त्र सिद्धि । सिद्ध योगियों का ब्रह्म रन्ध्र में सम्बन्ध सात्तिष्ठ्य, षट् चक्रों और कुण्डलिनी शक्ति का जागरण ।

(७) शरीर सिद्धि—दृष्टि या स्पर्श मात्र से दूसरों को निरोग और कष्ट मुक्त कर देना, अपार शारीरिक बल, अद्भुत मनोबल, चिन्तन में थकान न होना, निर्वाध भाषण, शाप से दूसरों को नष्ट कर सकना, स्पर्श से पदार्थों का स्वादिष्ट और सुगन्धित हो जाना, स्वल्प आहार से बहुतों को तृप्त कर देना, वाणी से कहे हुये वचनों तथा आशीर्वादों का सफल होना, शरीर का कायाकल्प, दीर्घ जीवन या अमर होना ।

(८) विक्रिया सिद्धि—अपने शरीर को अन्य शरीरों में परिवर्तित कर लेना, दूसरों के शरीरों को परिवर्तित कर देना, शरीर को अति भारी, अति हल्का, अति सूक्ष्म, अति विशाल बना सकना, अर्न्तध्यान हो जाना, सर्व वशीकरण, सब कामनाओं की पूर्ति के साधन जुटाना ।

किन्हीं ग्रन्थों में दूसरी आठ सिद्धियाँ गिनाई गई हैं, वे इस प्रकार हैं :—

(१) अणिमा—शरीर को अणु के समान सूक्ष्म कर लेना ।

(२) महिमा—शरीर को बहुत बड़े आकार का बना लेना ।

- (३) गरिमा—शरीर को बहुत भारी कर लेना ।  
 (४) लघिमा—शरीर को बहुत हलका कर लेना ।  
 (५) प्राप्ति—दूरस्थ पदार्थों को स्पर्श अथवा प्राप्त कर लेना ।

(६) प्राकाम्य—कामनाओं को अभिलषित रूप में पूर्ण कर लेना ।

(७) ईशत्व—शरीर और मन के भीतरी संस्थानों एवं चक्रों पर पूर्ण प्रभुता तथा संसार के अन्य पदार्थों को अपनी इच्छानुसार प्रयोग कर सकने की सामर्थ्य ।

(८) वाशित्व—सब परिस्थितियों अथवा वस्तुओं को अपने वशवर्ती रख सकना ।

अन्य शास्त्रों में सिद्धियों को अन्य रूपों में भी उपस्थित किया गया है जिनका उल्लेख कई प्रकार से मिलता है ।

### शंकराचार्य के मत से सिद्धियाँ

(१) जन्म सिद्धि—जन्म से ही पूर्व संचित संस्कार तथा वैभव प्राप्त होना ।

(२) शब्द ज्ञान सिद्धि—श्रवण मात्त से सही अनुमान होना ।

(३) शास्त्र ज्ञान सिद्धि—शास्त्रों के अभ्यास से असाधारण बुद्धि का विकास ।

(४) आधिभौतिक ताप सहन शक्ति ।

(५) आध्यात्मिक ताप सहन शक्ति ।

(६) आधिदैविक सहन शक्ति ।

(७) विज्ञान सिद्धि—अन्तःकरण से तत्त्वज्ञान का स्फुरण होना ।

(८) विद्या-सिद्धि—विद्या के द्वारा अविद्या का नाश ।

कहीं-कहीं (१) परकाया प्रवेश (२) जल आदि में असङ्ग (३) उत्क्रान्ति (४) ज्वलन (५) दिव्य श्रवण (६) आकाश मार्ग गमन (७) प्रकाशावरण क्षण (८) भूतजय को अष्ट सिद्धि माना गया है ।

सच तो यह है कि शारीरिक, मानसिक और आत्मिक क्षेत्र की सिद्धियाँ अगणित प्रकार की हैं, उन्हें आठ या किसी अन्य संख्या में विभाजित नहीं किया जा सकता । आत्मवल को जिस दिशा में भी लगा दिया जाय उसी में एक चमत्कार पैदा हो जायेगा और वह एक स्वतन्त्र सिद्धि दिखाई देने लगेगी ।

साधना की सफलता के रूप में यह सिद्धियाँ सामने आती हैं, पर उनको ओर आकर्षित होना, उन्हें अधिक महत्त्व देना, उनका प्रदर्शन करना अथवा लाभ उठाना, गर्व करना और चमत्कारी बनकर लोगों को अपने पीछे लगाना एक भारी भूल है । जो साधक इस मार्ग में भटक जाते हैं, उन्हें अपनी थोड़ी सी संग्रहीत पूँजी से हाथ धोना पड़ता है और आगे की प्रगति अवरुद्ध ही हो जाती है । इसीलिये उन्हें विघ्न रूप ही माना गया है और उनको ओर से मुँह मोड़े रहने का ही आचार्यों ने आदेश किया है—

ते समाधायुपसर्गा व्युत्थाने सिद्धयः

—योग दर्शन० विभूति । ३७

ये सिद्धियाँ समाधि में विघ्न रूप हैं । जाग्रत अवस्था में सिद्धियाँ हैं ।

तद्वैराग्यादपि दोषबीज क्षये कैवल्यम् ।

—योग० विभूति । ५०

इन सिद्धियों से भी मन हटा लेने पर दोषों का बीज नाश होकर मुक्ति की प्राप्ति होती है ।

यदि तन्नापेक्षास्यात् तदा मोक्षाद् भ्रष्टः ।

कथं कृतकृत्यताभियात्—

—योग सुधाकर

यदि इन सिद्धियों की आकांक्षा रही तो साधक मोक्ष-पथ से भ्रष्ट हो जायेगा । फिर उसे लक्ष्य प्राप्ति कैसे होगी ?

## मन को भटकने न दिया जाय

साधना द्वारा आत्म-कल्याण की आकांक्षा करने वाले श्रेय-पथिकों के लिये यह आवश्यक है कि वे वासना और तृष्णा के प्रति दिन-दिन उदासीन होना सीखें और आत्मिक सम्पदाओं का महत्व समझते हुए उनकी ओर अपना प्रेम बढ़ावें । जिसके मन में लोभ, मोह की जितनी प्रबलता रहेगी, वासना और तृष्णा में जो जितना ही झूबा रहेगा, उसका मन भगवान में उतना ही कम लगेगा । इसलिये उपनिषद् स्थान-स्थान पर यह कहते हैं कि मन को सांसारिक प्रलोभनों और आकर्षणों से रोका जाय, उन्हें व्यर्थ और सारहीन वस्तु समझा जाय ।

शरीर आत्मा का वाहनमात्र है । उसे निरोग और प्रसन्न रखने के लिये जितनी अनिवार्य आवश्यकताएँ हैं, उतने में ही सन्तुष्ट रहा जाय । भौतिक सम्पदाएँ बढ़ाने की अपेक्षा आत्मिक सद्गुणों को सम्पदाएँ बढ़ाना अधिक बुद्धिमतापूर्ण है । यदि भौतिक प्रलोभनों में मन को बहुत आकर्षण रहा तो सारा मनोबल, शरीरबल और समय उसी दिशा में लगा रहेगा और आत्मिक प्रगति के तीनों ही साधन बहुत स्वल्पमात्रा में बचेंगे । फलस्वरूप सफलता भी थोड़ी सी ही मिलेगी ।

शरीर रक्षा और पारिवारिक व्यवस्था के लिये उचित मनोयोग लगाना, सुव्यवस्थित प्रयत्न करना, श्रम संलग्न होना आवश्यक है। इन कर्तव्यों की उत्पेक्षा करने के लिये कोई नहीं कहता। लौकिक कर्तव्यों का उचित सीमा में पालन करना आत्म साधना का ही एक भाग है। शरीर और परिवार भी हमारे आत्म कुटुम्ब के सदस्य ही हैं, उनकी उपेक्षा क्यों की जाय ? ऐसी उपेक्षा से जीवन का स्वाभाविक और सामान्य क्रम अस्त व्यस्त होता है, तब आत्मिक प्रगति का मार्ग भी अवरुद्ध ही हो जाता है। इसलिये अतिवादियों की तरह जीवन के उचित उत्तरदायित्वों को वहन करने से इन्कार करना किसी भी विचारशील व्यक्ति के लिये उचित नहीं कहा जा सकता। हमें अपने शारीरिक, पारिवारिक एवं सामाजिक सभी कर्तव्य उचित रीति से पूर्ण करने चाहिए। पर उनमें इतना अधिक लोभ और मोह न हो कि आत्मिक कर्तव्यों की ओर उपेक्षा की जाने लगे और अनिच्छा उत्पन्न हो जाय।

जीवन का वास्तविक उद्देश्य और सच्चा लाभ आत्मिक प्रगति में ही है। उसकी ओर शारीरिक एवं सांसारिक कर्तव्यों की अपेक्षा कम नहीं बरन अधिक ही ध्यान रहना चाहिये क्योंकि शरीर की अपेक्षा आत्मा का महत्व निश्चित रूप से अधिक है। लौकिक जीवन सुखपूर्ण हो ऐसी इच्छा होना स्वाभाविक है पर आत्मिक शान्ति का महत्व नगण्य समझा जाय यह उचित नहीं, क्योंकि लौकिक जीवन क्षणिक और आत्मिक जीवन अनन्त है। क्षणिक सुखों के लिये, निस्सार वासनाओं और कभी तृप्त न हो सकने वाली मृगतृष्णाओं के पीछे भटकते हुए इस सुरदुर्लभ मानव जीवन को नष्ट कर देना और आत्मिक प्रगति की ओर से विमुख रहना कोई दूरदर्शिता का

कार्य नहीं है। यह तथ्य जब हम भली-भाँति समझ लें तभी भौतिक और आत्मिक लाभों की तुलना करना और उनकी ओर उचित ध्यान दे सकना संभव हो सकेगा।

उपनिषद्कार इस बात पर बहुत बल देते हैं कि मन को सांसारिक कर्तव्यों के उचित मात्रा में पालन करने तक ही सीमित रहने दिया जाय। धन और वासना की जितनी उचित उपयोगिता है, उतनी सीमा तक ही उनमें मनको डूबने दिया जाय। अति आकर्षण, अति मोह, अति लोभ में आजकल जन-मानस डूबा पड़ा है। इस स्थिति से ऊपर उठे बिना न तो आत्म कल्याण का महत्व समझ में आवेगा और न उसमें मन ही लगेगा। फिर चिन्ह-पूजा के रूप में कुछ साधना की भी तो उसका प्रतिफल भी वैसा ही नगण्य होगा।

आकर्षण की प्रधान धारा एक ही रह सकती है। यदि लौकिक तृष्णायें अधिक होंगी तो आत्म-उद्धार के लिये तत्परता कहाँ से होगी? और यदि आत्मिक लक्ष्य है तो तृष्णा और वासना में निरन्तर निमग्न रहना कैसे निभेगा? दोनों में से एक को प्रमुखता देनी पड़ेगी। उपनिषदों में आत्मलक्ष को प्रमुखता देने और मन को लौकिक आकर्षणों से वचाने का स्थान-स्थान पर प्रतिपादन हुआ है। इसी को सदाचार, तप, संयम, मनोनिग्रह, कर्मयोग आदि नामों से पुकारा जाता है। साधना-मार्ग में यह महत्वपूर्ण तथ्य है जिसको उपेक्षा करके आगे बढ़ सकना किसी के लिये भी संभव नहीं होता। मन को पवित्र रखने, इन्द्रियों में आसक्त न होने, अपवित्रता और पाप वृत्तियों में न डूबने का पवित्र कर्तव्य उपनिषदों में जगह-जगह प्रतिपादित हुआ है और आस्तिकता, तपश्चर्या, कर्तव्यनिष्ठा



एवं परमार्थ परायणता की ओर मन को बलपूर्वक प्रेरित करते रहने के लिये बहुत जोर दिया गया है ।

ऐसी प्रेरणाओं के कुछ निर्देश इस प्रकार हैं—

“जब हृदय में रहने वाली कामनायें नष्ट हो जाती हैं तब यह मरणधर्मा मनुष्य ही अमृत हो जाता है और उसे इसी शरीर में ब्रह्म की प्राप्ति हो जाती है ।”

—बृहदारण्यक, अध्याय ४, ब्राह्मण ४—

“मन ही संसार है, प्रयत्नपूर्वक इस मन को ही शुद्ध करना चाहिये । जिसका जैसा मन होता है, वह वैसा ही बन जाता है । शान्त मन वाला व्यक्ति ही आत्मा को तथा अक्षय आनन्द को प्राप्त करता है, यही सनातन रहस्य है ।”

—मैत्रेयी उपनिषद्

“इन्द्रियों के विषयों में आसक्त रहने के कारण अनेक दोषों का प्रादुर्भाव होता है । यदि वे ही इन्द्रियां भली प्रकार वशीभूत हो जायें तो वह सिद्धिदायिनी होती हैं । भोगों का उपयोग करने से विषयों की कामनाएँ कभी शान्त नहीं होतीं । भोग तो घृत द्वारा अग्नि के अधिक प्रदीप्त होने के समान उनकी वृद्धि ही करते हैं ॥”

—नारदपरिव्राजकोपनिषद्

“जिनके मन-वाणी में पवित्रता है, जो सदा दोष रहित हैं, वे ही मनुष्य वेदान्त को सुनकर उसका पूरा फल पा सकते हैं ।”

—नारदपरिव्राजकोपनिषद्

‘तप, सन्तोष, आस्तिक्य, दान, ईश्वर-पूजन, सिद्धान्त-श्रवण, ह्रीं, मति, जप और व्रत ये दस नियम हैं।’

### —शाण्डिल्य उपनिषद्

“जो चित् शक्ति, इच्छा और अनिच्छा वाले प्राणियों में विद्यमान है वह मलों से घिरी है और पाशवद्ध चिड़िया की तरह उड़ने में असमर्थ होती है। इच्छा और द्वेष से उत्पन्न द्वन्दभाव के कारण ये प्राणी मोह-वश पृथिवी रूपी गढ़े में गिरे हुये कीट पतंगों के तुल्य ही हैं।”

### —सन्यास उपनिषद्

“मन ही मनुष्यों के बन्धन तथा मोक्ष का कारण है। जो मन विषयों में आसक्त होगा, वह बन्धन का तथा जो विषयों से पराङ्मुख होगा, वह मोक्ष का कारण होगा।”

### —शाठ्यायनीयोपनिषद्

“मन के मेल को त्याग करना ही स्नान है। मन और इन्द्रियों को वश में करना ही पवित्रता है। शारीरिक मलों की शुद्धि मिट्टी जल आदि से होती है। यह तो लौकिक शुद्धि है। वास्तविक पवित्रता तो मोह और अहङ्कार का त्याग करने से ही होती है। ज्ञान रूप मिट्टी तथा वैराग्य रूप जल में धोने पर जो पवित्रता होती है, वही वास्तविक पवित्रता है।”

### —मैत्रेयी उपनिषद्

“तप द्वारा ज्ञान प्राप्त होता है। ज्ञान से मन वश में आता है। मन वश में होने से आत्मा की प्राप्ति होती है और तब संसार से छुटकारा मिल जाता है।.....मनुष्य का चित्त जितना बाहरी विषयों में आसक्त रहता है, उतना ही अगर ब्रह्म में आसक्त हो जाय तो बन्धनों से मुक्ति सहज ही

है। मुनि का बताया हुआ यह तथ्य हम सबके लिये विचारणीय और मननीय है।”

—मैत्रेयी उपनिषद्

“यह पराविद्या सत्य, तप और ब्रह्मचर्य से वेदान्त-मार्ग द्वारा प्राप्त होती है। जिसका अन्तःकरण शुद्ध है, जिनके दोष क्षीण होगये हैं, वे ही अपने भीतर स्वयं प्रकाशमान परमात्मा को देख सकते हैं। माया में फँसे हुये उनको नहीं देख सकते।”

—पाशुपतब्रह्मोपनिषद्

मन को कम महत्व की निस्सार बातों में भटकने से रोक कर उसे परम कल्याणकारक आत्म-पथ पर अग्रसर करने के लिए उपनिषदों का विशेष आग्रह है। साधना का यही महत्वपूर्ण अङ्ग भी है।

—:०:—

## जैसा अन्न वैसा मन

आत्म-कल्याण के पथ पर चलने का प्रधान आधार ‘अन्न-शुद्धि’ को माना गया है, क्योंकि उसी पर मन की शुद्धि निर्भर है। मन को शरीर का ही एक भाग माना गया है, उसे ग्यारहवीं इन्द्रिय भी कहते हैं। शरीर की उन्नति अवनति बहुत से आहार पर निर्भर रहती है। आहार के शरीर-पोषक स्थूल भावों को हम सभी जानते हैं। किसी वस्तु के खाने से शरीर पर क्या प्रभाव पड़ता है विज्ञान द्वारा इसकी बहुत कुछ खोज हो चुकी है, पर अभी यह खोज होनी शेष है कि किस-किस आहार में कौन कौन सूक्ष्म गुण विद्यमान हैं और उसका मनोभूमि के उत्थान-पतन पर क्या प्रभाव पड़ता है ?

अध्यात्म-विद्या के वैज्ञानिक ऋषियों ने आहार के सूक्ष्म

गुणों का अत्यन्त गम्भीरतापूर्वक अध्ययन किया था और यह पाया था कि प्रत्येक खाद्य-पदार्थ अपने में सात्विक, राजसिक और तामसिक गुण धारण किये हुये है और उनके खाने से मनोभूमि का निर्माण भी वैसा ही होता है। साथ ही यह भी शोध की गई थी कि आहार में निकटवर्ती स्थिति का प्रभाव ग्रहण करने का भी एक विशेष गुण है। दुष्ट, दुराचारी, दुर्भावनायुक्त या हीन मनोवृत्ति के लोग यदि भोजन पकावें या परसें तो उनके वे दुर्गुण आहार के साथ सम्मिश्रित होकर खाने वाले पर अपना प्रभाव अवश्य डालेंगे। न्याय और अन्याय से, पाप और पुण्य से कमाये हुये पैसे से जो आहार खरीदा गया है, उससे भी वह प्रभावित रहेगा। अनीति की कमाई से जो आहार बनेगा वह भी अवश्य ही उसके उपभोक्ता को अपनी बुरी प्रकृति से प्रभावित करेगा।

इन बातों पर भली प्रकार विचार करके उपनिषदों के ऋषियों ने साधक को सतोगुणी आहार ही अपनाने पर बहुत जोर दिया है। मद्य, मांस, त्याज, लहसुन, मसाले, चटपटे, उत्तेजनक, नशीले, गरिष्ठ, वासी, बुसे, तमोगुणी प्रकृति के पदार्थ त्याग देने ही योग्य हैं। इसी प्रकार दुष्ट प्रकृति के लोगों द्वारा बनाया हुआ अथवा अनीति से कमाया हुआ आहार भी सर्वथा त्याज्य है। इन बातों का ध्यान रखते हुये स्वाद के लिये या जीवन रक्षा के लिये जो अन्न औषधि रूप समझ कर, भगवान का प्रसाद मानकर ग्रहण किया जायगा वह शरीर और मन में सतोगुणी स्थिति पैदा करेगा और उसी के आधार पर साधना-मार्ग में सफलता मिलनी संभव होगी।

उपनिषदों में इस सम्बन्ध में अनेकों आदेश भरे पड़े हैं।  
जैसे :—

“ढाया हुआ अन्न तीन प्रकार का हो जाता है । उसका जो स्थूल भाग है वह मल बनता है, जो मध्यम भाग है, वह मांस बनता है और जो सूक्ष्म भाग है सो मन बन जाता है । पिया हुआ जल तीन प्रकार का हो जाता है । उसका जो स्थूल भाग है वह मूत्र हो जाता है, जो मध्यम भाग है वह रक्त हो जाता है, जो सूक्ष्म भाग है, वह प्राण हो जाता है ।”---हे सौम्य ! मन अन्नमय है । प्राण जलमय है । वाक् तोजोमय है ।”

—छान्दोग्य, अध्याय ६, खण्ड ५

“अन्न ही बल से बढ़कर है । इसी से यदि दस दिन भोजन मिले तो प्राणी को समस्त शक्तियाँ क्षीण हो जाती हैं और वे फिर तभी लौटती हैं जब वह पुनः भोजन करने लगे । तुम अन्न की उपासना करो । यह अन्न ही ब्रह्म है ।”

—छान्दोग्य, अध्याय ६, खण्ड ६

“आहार में अभक्ष्य त्याग देने से चित्त शुद्ध हो जाता है । आहार शुद्धि से चित्त की शुद्धि स्वयंमेव हो जाती है । जब चित्त शुद्ध हो जाता है तो क्रम से ज्ञान होता जाता है और अज्ञान की ग्रन्थियाँ टूटती जाती हैं ।”

—पाशुपत ब्रह्मोपनिषद्

“आहार शुद्ध होने से अन्तःकरण की शुद्धि होती है । अन्तःकरण शुद्ध होने से भावना दृढ़ हो जाती है और भावना की स्थिरता से हृदय की समस्त गाँठें खुल जाती हैं ।”

—छान्दोग्य

तत्तरीय उपनिषद् में इस सम्बन्ध में अधिक प्रकाश डाला गया है और आत्मकल्याण के इच्छुकों को आहार-शुद्धि का विशेष रूप से ध्यान रखने का निर्देश किया गया है ।

अन्नाद्वा प्रजाः प्रजायन्ते । काश्च पृथिवी ऽश्रिताः ।  
अथो अन्ने नैव जीवन्ति । अथैनदपियन्तन्तः । अन्नः ऽहि  
भूतानां जेष्ठम् । तस्मात्सर्वौषधयमुच्यते । सर्वं वै तेहन्नमाप्नुवन्ति  
येऽन्नं ब्रह्मोपासते ।

“इस पृथ्वी पर रहने वाले समस्त प्राणी अन्न से ही  
उत्पन्न होते हैं । फिर अन्न से हो जीते हैं । अन्त में अन्न में  
ही विलीन हो जाते हैं । अन्न ही सबसे श्रेष्ठ है । इसलिये वह  
औषधि रूप कहा जाता है । जो साधक अन्न को ब्रह्म रूप में  
उपासना करते हैं, वे उसे प्राप्त कर लेते हैं ।

तस्माद्वा एतस्मादन्नरसमयादन्योऽन्तर आत्मा प्राणमयः ।  
तेनैष पूर्णः । सवा एष पुरुष विध एव ।

—तैत्तरीय २।२

“इस अन्न रसमय शरीर के भीतर जो प्राणमय पुरुष है,  
वह अन्न से व्याप्त है । यह प्राणमय पुरुष ही आत्मा है ।

अन्नं न निन्द्यात् । तद् व्रतम् । प्राणो वा अन्नम् ।  
शरीरमन्नादम् । प्राणो शरीरं प्रतिष्ठितम् । शरीरे प्राणः प्रति-  
ष्ठितः । तदेतदन्नमन्ने प्रतिष्ठितम् । स य एतदन्नमन्ने प्रतिष्ठितं  
वेद प्रतितिष्ठति । अन्नवानन्नादो भवति । महान् भवति ।  
प्रजया पशुभिर्ब्रह्मवर्चसेन । महान् कीर्त्या ।

—तैत्तरीय ३।७

“अन्न की निन्दा न करे । यह व्रत है । प्राण ही अन्न है ।  
शरीर प्राण पर आधारित है । इसलिये वह अन्न में ही स्थित  
है । जो मनुष्य यह जान लेता है कि मैं अन्न में ही प्रतिष्ठित  
हूँ वह प्रतिष्ठावान् हो जाता है । अन्नवान् हो जाता है । प्रजावान्  
हो जाता है, पशुवान् भी । वह ब्रह्मतेज से सम्पन्न होकर महान्  
बनता है । कीर्ति से सम्पन्न होकर भी महान् बनता है ।

आगे चल कर अष्टम अनुवाक में और भी निर्देश है—

अन्नं न परिचक्षीत । तद् व्रतम्.....अन्नं बहु कुर्वीत तद् व्रतम् ।

“ अन्न की अवहेलना न करे । यह व्रत है । अन्न को बहुत बढ़ावे । यह व्रत है । ”

हाइवु, हाइवु, हाइवु । अहमन्नमहमन्नमहन्नम् । अह मन्नादो इहमन्नादो इहमन्नादः ।

—तैत्तिरीय ३।१०

“आश्चर्य ! आश्चर्य ! ! आश्चर्य ! ! ! मैं अन्न हूँ । मैं अन्न हूँ । मैं अन्न हूँ । मैं ही अन्न का भोक्ता हूँ । मैं ही अन्न का भोक्ता हूँ, मैं ही अन्न का भोक्ता हूँ । ”

आहार शुद्धौ सत्त्वशुद्धिः सत्त्वशुद्धौ ध्रुवा स्मृतिः । स्मृति-लभ्ये सर्वे ग्रन्थीनां विप्र मोक्ष स्तस्यै मृदित कषायाय तमसस्पा-दर्शयति भगवान् सनत्कुमारः ।

“जब आहार शुद्ध होता है तब सत्त्व यांनी अन्तःकरण शुद्ध होता है अन्तःकरण शुद्ध होने पर विवेक बुद्धि ठीक काम करती है । उस विवेक से अज्ञानजन्य वन्धन-ग्रन्थियां खुलती हैं । फिर परम-तत्त्व का साक्षात्कार हो जाता है । यह ज्ञान नारद को भगवान् सनत्कुमार ने दिया । ”

अथर्ववेद में अनुपयुक्त अन्न को त्याज्य ठहराया गया है । प्राचीनकाल में हर व्यक्ति आहार ग्रहण करने से पूर्व यह देखता था कि यह अन्न किस प्रकार के व्यक्ति द्वारा उपाजित एवं निमित्त है । उसमें थोड़ा भी दोष होने पर उसे त्याग दिया जाता था । केवल पुण्यात्माओं का अन्न ही लोग स्वीकार करते

थे। किसी के पुण्यात्मा होने को एक कसौटी यह भी थी कि लोग उसका अन्न ग्रहण करते हैं या नहीं।

अथर्ववेद ८।६। २५ में कहा गया है:—

सर्वौ वा एष जगघ पाप्मा यस्यान्नमश्नन्ति ।

“अर्थात्, वही व्यक्ति पुण्यात्मा है जिसका अन्न दूसरे खाते हैं।”

आज भी पुरानी वह प्रथा देहाती क्षेत्रों में किसी रूप में प्रचलित है कि जिसके आचरण अनुचित समझे जायें, उसके यहाँ का अन्न जल ग्रहण न किया जाय। जातिच्युत होने में यही दण्ड मुख्य होता है।

वाल्मीकि रामायण में अन्तःकरण को देवता के रूप में प्रस्तुत करते हुए इसी प्रकार का प्रतिफल किया गया है, लिखा है:—

“यदन्न पुरुषो भवति तदन्ना स्तस्य देवताः।”

“अर्थात् मनुष्य जैसा अन्न खाता है वैसा ही उसके देवता खाते हैं।”

कुधान्य खाकर साधना करने से साधक का इष्ट भी भ्रष्ट हो जाता है और उससे जिस प्रतिफल की आशा की गई थी, वह प्रायः नहीं ही प्राप्त होता।

## प्राण और उसका निग्रह

ब्रह्म की उपासना में प्राण साधना का अत्यधिक महत्त्व है। आत्मा ईश्वर का अंश होने से साक्षी, दृष्टा और निलिप्त है। उसकी शक्ति प्राण है और इस प्राण-शक्ति के आधार पर ही जीव का सारा जीवनक्रम संचालित होता है। जैसे निलिप्त ब्रह्म की क्रिया-शक्ति माया या प्रकृति है, उसी प्रकार जीव की सक्रियता प्राण-शक्ति में सन्निहित है।



जिस प्रकार पंचतत्वों के हेर-फेर से शरीर में विविध प्रकार के परिवर्तन होते हैं, उसी प्रकार आत्मिक क्षेत्र में प्राण की स्थिति में हेर-फेर होने से मनोभूमि में महत्वपूर्ण परिवर्तन होते हैं। चूंकि अनेक जन्मों के संग्रहीत कुसंस्कारों के कारण मन में कितनी ही विकृतियां भरी रहती हैं और वे साधक को पथभ्रष्ट करने के लिये निरन्तर दुरभिसंधि करती रहती हैं। मन का उच्चाटन, जहाँ घूमना, निर्दिष्ट लक्ष पर स्थिर न होना आदि विघ्नों के शमन का एक महत्वपूर्ण उपाय प्राणों का निरोध है। इसी प्रकार जो कुसंस्कार मन को सन्मार्ग पर चलने से डराते और कुमार्ग को ओर ललचाते हैं, उन्हें नियंत्रित करने का सुनिश्चित शास्त्र भी प्राण-संयम ही है। सत्संग, स्वाध्याय, चिन्तन, मनन से कुविचारों को बहुत हद तक शान्त किया जा सकता है, पर अन्तर्मन के प्रसुप्त क्षेत्र में जो कुसंस्कारों की ग्रन्थियाँ जमी होती हैं, वे अवसर पाते ही पुनः जाग्रत हो जाती हैं और सत्संग आदि से संग्रहीत ज्ञान देखते-देखते तिरोहित हो जाता है।

कई बार ज्ञानी गुरु कहे जाने वाले लोग भी कुमार्ग-गामी होते देखे गये हैं। इसका कारण यही है कि उसने सद्-विचारों को सुना समझा तो बहुत था पर प्राण-निग्रह द्वारा गुप्त मन की संस्कार-ग्रन्थियों का शमन नहीं किया था। फल-स्वरूप वे अवसर पाते ही सजीव हो उठीं और आँधी-तूफान जिस प्रकार घास के ढेर को उड़ा ले जाता है, उसी प्रकार कुसंस्कारों का प्रवाह उस संग्रहीत ज्ञान को उड़ा ले गया।

मनोभूमि को शोधने और चिर संचित कुसंस्कारों का उन्मूलन करने के लिये प्राणायाम का बड़ा महत्त्व है। उपनिषदों में वर्णित साधना विधान में प्राणायाम को प्रमुख स्थान दिया

गया है। साधना खंड के अधिकांश उपनिषदों में किसी न किसी रूप में प्राणायाम का वर्णन हुआ है। यद्यपि वह संक्षिप्त है और विविध प्राणायामों को पूरा साधन-विधान जानने के लिये अनुभवी गुरु अथवा तत्सम्बन्धी अन्य विवेचनात्मक ग्रन्थों के पढ़ने की आवश्यकता होती है, तो भी यह निर्विवाद है कि उपनिषदों का साधना-विज्ञान प्राणायाम को अपनी साधना में सम्मिलित रखने के लिये प्रत्येक ब्रह्मपरायण व्यक्ति पर जोर देता है। किस प्रयोजन के लिये, किस विधि विधान के साथ कौन-सा प्राणायाम कितनी मात्रा में, किस समय किया जाय, यह प्रश्न साधकों की व्यक्तिगत स्थिति की भिन्नता पर निर्भर है। इसलिये उसकी एक विधि बता देना भी कठिन था। उपनिषद्कारों ने इस कठिनाई को समझते हुये प्राण विद्या की साधना विषयक विविध प्रकृतियों की वारीकी में जाना उचित नहीं समझा है और इस कार्य को गुरु शिष्य के परस्पर विचार विनिमय एवं विवेक पर छोड़ दिया है। पर एक बात पर पूरा-पूरा जोर दिया है कि हर साधक किसी न किसी रूप में प्राणायाम की साधना नियमित रूप से किया करे।

प्राणायाम का प्रभाव कुसंस्कारी के शमन और मन के निग्रह तक ही सीमित नहीं है, वरन् आरोग्य की वृद्धि, मानसिक विकास, आत्मिक प्रगति तथा अनेकों प्रकार की आध्यात्मिक चमत्कारी सिद्धियाँ भी उससे सम्बन्धित हैं। प्राणायाम करने से अनेकों प्रकार के रोग दूर हो सकते हैं। पेटचक्रों, नूढम ग्रन्थियों तथा उत्पत्तिकाओं का जागरण होने से दिव्य सिद्धियाँ उपलब्ध होती हैं, लौकिक सुख सम्पदाओं का द्वार खुलता है और जो बन्धन आत्मा को निविड़ पाश में जकड़े हुये हैं, उनका कटना सहज हो जाता है।

इस प्रकार की अनेकों विवेचनाएँ उपनिषदों में पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध होती हैं। उनमें से कुछ नीचे देखिए:—

“स्वर्णादि धातुओं का मल उन्हें तपाने से दूर होने के समान ही इन्द्रियों द्वारा प्राप्त दोष प्राणायाम से दूर हो जाते हैं। प्राणायाम से दोषों को और धारणा से पापों को जला डालें.....जिस साधक का प्राण इस मण्डल को वेष्ट कर मस्तक में पहुँच जाता है, उसकी कहीं भी मृत्यु नहीं होती वह पुनर्जन्म के चक्र में नहीं पड़ता।”

### —अमृतनावोपषिद्

“प्राणायाम पाप रूपी ईधन के लिए अग्निस्वरूप है और संसार सागर से पार होने के लिये सेतु के समान है। आसन से रोगों का नाश होता है और प्राणायाम से पापों का। योगी के मन के विकार प्रत्याहार से दूर हो जाते हैं। धारणा से मन में धैर्य आता है, नमाधि द्वारा अद्भुत चैतन्य की प्राप्ति होती है”

### —योगचूड़ामणि उपनिषद्

‘प्राणायाम का अभ्यास होने से सब रोग दूर हो जाते हैं। हिचकी, खाँसी, श्वास, शिर, कान और आँख की पीड़ा आदि विविध प्रकार के रोगों का कारण वायु का विकार ही होता है। जिस प्रकार सिंह, हाथी, व्याघ्र आदि को ग्रीरे-धीरे वश में किया जाता है उसी प्रकार वायु को भी क्रमशः वश में करना चाहिए।

### —योगचूड़ामणि उपनिषद्

इस प्रकार तीन वर्ष तक प्राणायाम करने वाला योग-सद्ध हो जाता। वह योगी वायु को जीतने वाला, जितेन्द्रिय,

अल्प आहार, स्वल्प निद्रा वाला, तेजस्वी तथा बलवान होता है। अकाल मृत्यु का भय मिट कर दीर्घ आयु प्राप्त होती है। .....सामान्य प्राणायाम से व्याधि और पापों का नाश होता है। विमेष से महाव्याधियाँ तथा पाप-रोग मिटते हैं, उत्कृष्ट से अल्प मूत्र, अल्प मल, शरीर की लघुता, अल्प भोजन होता है। इन्द्रियाँ और बुद्धि तीव्र हो जाती हैं और तीनों काल का ज्ञान हो जाता है।

नाभिकन्द में प्राण धारण करने से कुक्षि रोग नष्ट होते हैं। नासाग्र में धारण करने से दीर्घायु और देह की लाघवता प्राप्त होती है। ब्रह्ममुहूर्त में जिह्वा से वायु को खींचकर पीने से वाक् सिद्धि प्राप्त होती है। शरीर का जो अङ्ग रोग पीड़ित हो, उसमें वायु को धारण करने से वह निरोग हो जाता है।

जिसका प्राण वायु क्रम से चलता है, वह प्राणजित हो जाता है; फिर वह दिन, रात्रि, पक्ष, मास, अयन आदि के काल भेद को अन्तर्मुख होकर जानने लगता है।”

### —त्रिशिखब्राह्मणोपनिषद्

“उज्जायी प्राणायाम से मस्तक की उष्णता, गले का कफ और अन्य अनेक रोग दूर होते हैं। देह की अग्नि की वृद्धि होती है। इससे नाड़ी सम्बन्धी जलोदर और घातु सम्बन्धी रोग भी दूर हो जाते हैं। शीतली प्राणायाम से गुल्म, प्लीहा, पित्त, ज्वर, तृष्णा आदि दूर होते हैं। शस्त्रिका प्राणायाम से कण्ठ की जलन मिटती है, शरीर की अग्नि बढ़ती है, कुण्डलिनी जागती है और पुण्यप्रद, पाप-नाशक, शुभ तथा सुखदायक है।”

### —योगकुण्डल्युपनिषद्

“हृदय के पाँच देव सुषि ( छिद्र ) हैं । जो पूर्व दिशा-वर्ती छिद्र है, सो प्राण है । जो उसकी उपासना कपता है, वह तेजस्वी और अन्न का भोक्ता होता है । दक्षिण छिद्र व्यान है । जो उसकी उपासना करता है, वह श्रीमान और यशस्वी होता है । पश्चिम छिद्र अपान है । जो उसकी उपासना करता है, वह ब्रह्म-तेजस्वी और अन्न का भोक्ता है । इसका उत्तरी छेद ‘समान’ है । जो इसकी उपासना करता है, वह कीर्तिमान और कान्तिमान होता है । उर्ध्वछिद्र उदान है । जो उसकी उपासना करता है, वह ओजस्वी और तेजस्वी होता है । यह पाँच प्राण ब्रह्मपुरुष के द्वारपाल हैं । जो उन्हें जानता है, उसके कुल में वीर उत्पन्न होता है । उसे स्वर्गलोक प्राप्त होता है ।”

—छान्दोग्य, अध्याय ३, खण्ड १३

“जैसे हाथों से इधर-उधर फेंकी हुई गेंद दौड़ती रहती है, उसी प्रकार प्राण और अपान वायु के फेंकने से जीव को कहीं विश्राम-स्थल नहीं मिलता । अपान, प्राण को खींचता है और प्राण, अपान को खींचता है, उसी प्रकार जैसे रस्सी से बँधा हुआ पक्षी खींच लिया जाता है । इस रहस्य को जो जानता है, वह योगी है ।”

—ध्यानबिन्दु उपनिषद्

“चित्त की चंचलता के भाग होते हैं, एक वासना दूसरा प्राण । इनमें से एक के वश में होने से दूसरा वश में हो जाता है । इनमें से पहले प्राण को वश में करना चाहिये ।”

—योगकुण्डल्युपनिषद्

“हे सौम्य, जिस प्रकार डोरी से बँधा हुआ पक्षी अनेक दिशाओं में घूमकर फिर अपने बन्धन स्थान पर ही लौट आता है, उसी प्रकार यह मन भी अनेक दिशाओं में घूमकर भी कहीं आश्रय नहीं पाता और अन्त में प्राण का ही सहारा लेता है क्योंकि यह मन प्राण से ही बँधा हुआ है।”

—छान्दोग्य उपनिषद्

‘योग वाशिष्ठ’ आदि अन्य ग्रन्थों में भी प्राणायाम द्वारा मन का निग्रह एवं आत्मिक प्रगति का मार्ग प्रशस्त होने का प्रतिपादन किया गया है।

यथा:—

अभ्यासेन परिस्पन्दे प्राणानां क्षयमागते ।

मनःप्रशममायाति निर्वाणमवशिष्यते ।

—योगवाशिष्ठ ५।७८।४६

“अभ्यास के द्वारा प्राणों की गति रुक जाने पर मन शान्त हो जाता है और तब केवल निर्वाण ही शेष रहता है।”

तालवृन्तस्य संस्पन्दे शान्ते शान्तो यथानिलः ।

प्राणानिल परिस्पन्दे शान्ते शान्तं तथा मनः ।

—योगवाशिष्ठ ६।६६।४१

“जैसे पंखा बन्द कर देने से हवा की गति रुक जाती है, वैसे ही प्राण के निरोध से निश्चय ही मन शान्त हो जाता है।”

प्राण शक्तौ निरुद्धयां मनो राम विलीयते ।

द्रव्यच्छायानु तद्द्रव्यं प्राणरूपं हिनसम् ।

—योगवाशिष्ठ ५।१३।८३

“हे राम, प्राण शक्ति का निरोध होने से मन का निरोध

हो जाता है। जैसे अन्य पदार्थों की अपनी छाया होती है, वस ही प्राण की छाया मन है।”

राज्यादि मोक्षपर्यन्ताः समस्ता एव सम्पदः ।

देहानिलविधेयत्वात्साध्याः सर्वस्य राघव ।

—योगवाशिष्ठ ६।८०।३५

“हे राम, प्राणों को वश में कर लेने से मनुष्य राज्य-प्राप्ति से लेकर मोक्ष-प्राप्ति तक की सतस्त सिद्धि सम्पदाएँ प्राप्त कर सकता है।”

द्वेबीजे चित्त वृक्षस्य प्राणस्पन्दन वासने ।

एकस्मिञ्च तयोः क्षीणोक्षिप्रद्वे अपिनश्यतः ।

—योगवाशिष्ठ

चित्त रूपी वृक्ष के दो बीज हैं—एक प्राण दूसरा वासना । इन दोनों में से एक क्षीण ( सूक्ष्म ) होने से दूसरा भी वैसा ही हो जाता है।”

“चले वाते चलच्चित्तं निश्चले निश्चलं भवेत् ।”

“प्राण वायु चलने से मन चंचल रहता है और प्राण के निश्चल होने पर मन निश्चल हो जाता है।”

निष्कलं तं विज्ञानीयात् श्वासोयत्र लयं गतः ।

यन्मनो विलयं याति तद् विष्णोर्परम पदम् ।

“छव श्वास का लय हो जाता है तो वह स्थिति निष्कल कहलाती है। मन का लय होना ही विष्णु का परमपद है।”

ज्ञानं कुतो मनसि संभवतीह तावत्,

प्राणोऽपि जीवति मनो म्रियते न यावत् ।

प्राणोमनोद्वयमिदं विलयं नयेदयो,

मोक्षं स गच्छति नरो नकथञ्चिदन्यः ।

‘जब तक ज्ञान कैसे प्राप्त होगा जब तक कि मन न मरेगा ? और मन के साथ साथ प्राण भी जीवित रहता है। जो प्राण और मन दोनों का विलय कर देता है, वही मोक्ष प्राप्त कर सकता है और कोई नहीं।

पवनोलीयते यत्न मनस्तव विलीयते ।

“जब प्राण वायु समय में आ जाता है, तब मन भी स्थिर हो जाता है।”

प्राणवृत्तौ विलीनायां मनो वृत्तिर्विलीयते ।

—बोधसार

प्राणवृत्ति के विलीन होने से मनोवृत्ति भी विलीन हो जाती है।”

## साधना में गुरु की आवश्यकता और उपयोगिता

यों सभी महत्वपूर्ण विद्याएँ गुरु के माध्यम से प्राप्त की जाती हैं, पर ब्रह्मविद्या का प्रवेश-द्वार तो अनुभवी मार्ग-दर्शक के द्वारा ही खुलता है। अक्षरारम्भ यद्यपि हमारी दृष्टि में एक सामान्य सी बात है पर छोटा बालक उस कार्य को अध्यापक की सहायता के बिना अकेला ही पूर्ण करना चाहे तो नहीं कर सकता, भले ही वह कितना ही मेधावी क्यों न हो। गणित, शिल्प, सर्जरी, साइन्स, यंत्र-निर्माण आदि सभी महत्वपूर्ण कार्य अनुभवी अध्यापक ही सिखाते हैं। कोई छात्र शिक्षक की आवश्यकता न समझे और स्वयं ही यह सब सीखना चाहे तो



उसे कदाचित ही सफलता मिले । रोगी को अपनी चिकित्सा कराने के लिये किसी अनुभवी चिकित्सक की शरण लेनी पड़ती है, यदि वह अपने आप ही इलाज करने लगे तो उसने भूल होने की संभावना रहेगी क्योंकि अपने सम्बन्ध में निर्णय करना हर व्यक्ति के लिये कठिन होता है ।

अग्नी निज की श्रुति, अपूर्णता बुराई, स्थिति एवं प्राप्ति के बारे में कोई विरला ही सही अनुमान लगा सकता है । जिस प्रकार अपना मुँह अपनी आँखों से नहीं देखा जा सकता, उसके लिये दर्पण की या किसी दूसरे से पूछने की सहायता लेनी पड़ती है, तभी कुछ जान सकना सम्भव होता है, उसी प्रकार अपने दोष-दुर्गुणों का, मनोभूमि का, आत्मिक-स्तर का एवं प्रगति का भी पता अपने आप नहीं चलता, कोई अनुभवी ही इस सम्बन्ध में विशेषण कर सकता है और उसी के द्वारा उद्धार एवं कल्याण का मार्ग-दर्शन किया जा सकता है । जिसने कोई रास्ता स्वयं देखा है, कोई मंजिल स्वयं पार की है, वही उस रास्ते की सुविधा-असुविधाओं को जानता है, नये-पथिक के लिये उसी की सलाह उपयोगी हो सकती है । बिना किसी से पूछे स्वयं ही अपना रास्ता आप बनाने वाले सम्भव है मंजिल पार कर लें, निश्चित रूप से उन्हें कठिनाई बहुत उठानी पड़ेगी और देर भी बहुत लगेगी । इसलिये जब तक सर्वथा असम्भव ही न हो जाय तब तक मार्ग-दर्शक की तलाश करना ही उचित है । उसी के सहारे अध्यात्मिक यात्रा सुविधापूर्वक पूर्ण होती है ।

भौतिक शिक्षाओं के शिक्षक अपने विषय की जानकारी देकर अपना कर्तव्य पूरा कर लेते हैं, पर अध्यात्म-मार्ग में इतने से ही काम नहीं चल सकता । वहाँ शिक्षा ही पर्याप्त नहीं, वरन् गुरु द्वारा दिया हुआ आत्मबल भी दान या प्रसाद रूप में उपलब्ध

करना पड़ता है । जिस प्रकार कोई रोगी चिकित्सक की शिक्षा मात्र से अच्छा नहीं हो सकता, उसे चिकित्सक से औषधि भी प्राप्त करनी पड़ती है, उसी प्रकार सच्चे गुरु न केवल आत्म-कल्याण का मार्ग बताते हैं वरन् उस पर चल सकने योग्य साहस, बल और उत्साह भी देते हैं । यह देन तभी सम्भव है जब गुरु के पास अपनी संचित आत्म-सम्पदा पर्याप्त मात्रा में हो । इसलिये गुरु का चयन और वरण करते समय उसकी विद्या ही नहीं आत्मिक-स्तर और तप की संग्रहीत पूँजी को भी देखना पड़ता है । यदि यह सभी गुण न हों तो कोई व्यक्ति आध्यात्म-मार्ग का उपदेष्टा भले ही कहा जा सके पर गुरु नहीं बन सकता । गुरु के पास साधना, तपस्या, विद्या एवं आत्मबल की पूँजी पर्याप्त मात्रा में होनी चाहिये । साधक को ऐसा गुरु तलाश करना पड़ता है और उसी के मार्ग दर्शन में अपना रास्ता बनाना पड़ता है ।

गुरु की महत्ता एवं योग्यता, शिष्य की पवित्रता एवं कुपात्रता, गुरु के प्रति भक्ति-भावना रखना, उनके आदर्श का अनुसरण करना आदि आवश्यक तथ्यों पर उपनिषदों में अनेक प्रसंग मिलते हैं । वे सभी माननीय एवं विचारणीय हैं । देखिये :—

“वेद सम्पन्न आचार्य, ईश्वर भक्त, मत्सरता रहित, योग-ज्ञाता, योग-निष्ठा वाला, योगात्मा, पवित्रतायुक्त, गुरुभक्त, परमात्मा में विशेष रूप से लीन इन लक्षणों से युक्त गुरु कहा जाता है । ‘गु’ शब्द का अर्थ है अन्धकार । और ‘रु’ शब्द का अर्थ है—रोकने वाला । अन्धकार को दूर करने से गुरु होता है ।

गुरु ही परिब्रह्म है । गुरु ही परमगति है । गुरु ही

पर विद्या है। गुरु ही परायण योग्य है। गुरु ही पराकाष्ठा है। गुरु ही परम धन है। वह उपदेश होने के कारण श्रेष्ठ से भी श्रेष्ठ है।”

### —अद्वयतारक उपनिषद्

“जो इन्द्रियों को जीतने वाला, ब्रह्मचारी गुरुभक्त हो, उसी के सम्मुख यह रहस्य प्रकट करना उचित है।”

### —हंसोपनिषद्

जो शिक्षा प्राप्त करके भी मन, कर्म, वचन से भी गुरुजनों का आदर नहीं करते, उनके अन्न को कोई कल्याण-इच्छुक स्वीकार नहीं करता। न गुरुजन और न यती ही उस कृतघ्वनी के अन्न को खाते हैं। गुरु ही परम धर्म है। गुरु ही परमगति है। जो उनका सम्मान नहीं करता, उसकी विद्या, तपस्या सभी धीरे-धीरे ऐसे क्षीण हो जाती है जैसे कच्चे घड़े में जल। जैसी भक्ति देव में वैसी ही गुरु में होने से ब्रह्मज्ञानी परमपद को प्राप्त करता है ऐसा वेदानुशासन है, ऐसा ही वेद-विधान है।”

### —शाटचायनोयोपनिषद्

“गुरु जो आदेश दे उसका पालन शिष्य को बिना विचारे संतोषयुक्त भाव से करना चाहिए। इस विद्या को गुरु से प्राप्त करें। गुरु की सदा सुश्रुषा करें इसी से मनुष्य का सच्चा-कल्याण होता है।.....श्रुति में कहा गया है कि गुरु ही साक्षात् हरि है, कोई अन्य नहीं। यह विद्या उसी को देनी चाहिए जो गुरु का सच्चा भक्त ही, नित्य भक्ति परायण रहे। अन्य किसी को नहीं देनी चाहिए। यदि कोई देगा तो देने वाला नरक को जायगा और सिद्धि भी नहीं मिलेगी।”

### —ब्रह्मविद्या उपनिषद्

“इस पैप्लाद ऋषि को प्राप्त हुये महाशास्त्र को चाहे जिस किसी को न देना चाहिये । नास्तिक, कृतधन, दुर्वृत्त, दुरात्मा, दाम्भिक, नृशंस, शठ, असत्यभाषी को इसे कदापि न दे । जो सुव्रतधारी, सच्चा-भक्त, शुद्धवृत्ति वाला, सुशील, गुरुभक्त, शमदम वाला, धर्मबुद्धि वाला, ब्रह्मचर्य में चित्त लगाने वाला भक्ति-भावना वाला हो, कृतधन न हो उसी को इसे देना चाहिये । यदि ऐसा न मिले तो किसी को न देकर उसकी रक्षा करनी चाहिए ।”

—शरभोपनिषद्

“यह ज्ञान शंकर का महान शास्त्र है । उसे जो कोई नास्तिक, कृतघ्नी, दुराचारी, दुरात्मा हो, उसको नहीं देना । पर जिसका अन्तःकरण गुरु-भक्ति से शुद्ध हो, ऐसे व्यक्ति को एक महीना, छै महीना या वर्ष भर तक परीक्षा करने के उपरान्त ही इस शास्त्र को देना ।”

—तेजोबिन्दु उपनिषद्

“यह ब्रह्म का उपनिषद् उसे नहीं देना चाहिये जो अत्यन्त शान्त न हो, जो पुत्र न हो, शिष्य न हो और एक वर्ष पास न रहा हो । अनजान कुलशील वाले को भी नहीं देना चाहिये और न सुनाना चाहिये । जिसको परमात्मा के ऊपर और परमात्मा के समान ही गुरु के ऊपर परमभक्ति हो उसी के लिये ये वाक्य कहे गये हैं और ऐसी आत्मा को ही ये प्रकाशवान करते हैं ।”

—सुवाल उपनिषद्

अन्य ग्रन्थों में भी इस सम्बन्ध में बहुत कुछ कहा गया है । वह भी महत्वपूर्ण नहीं है । गुरु की महत्ता को प्रायः सभी धर्म ग्रन्थों ने एक स्वर से स्वीकार किया है ।

उत्तिष्ठत ! जागृत ! प्राप्यवरान निरोधक ।

— ऋग्वेद

“उठो, जागो, सद्-गुरुओं द्वारा यथार्थ ज्ञान को प्राप्त करो ।”

गुरुपोदेशतो ज्ञेयं न च शास्त्रार्थं कोटिभिः ।

“केवल शास्त्रों के आधार पर नहीं, इस विद्या को गुरु द्वारा सीखे ।”

तद्विज्ञानार्थं स गुरुमेवाभिगच्छेत् ।

समित्पाणिः श्रोत्रियं ब्रह्म निष्ठम् ।

“उस ज्ञान की प्राप्ति के लिये वेदज्ञ, ब्रह्मनिष्ठ गुरु के पास हाथ में समिधा लेकर जावे ।”

गुरु वरण करने का तात्पर्य उस व्यक्ति की आत्मा के साथ अपनी आत्मा को जोड़ देना है । जिस प्रकार किसी बड़े तालाब के साथ छोटे तालाब को एक नाली के द्वारा जोड़ दिया जाय तो बड़े तालाब का पानी छोटे में भी आने लगता है और वह तब तक नहीं सूखता जब तक कि बड़ा तालाब भी नसूख जाय ।

तस्मै स विद्वानुपसन्नाय सम्यक्

प्रशान्त चित्ताय शमान्विताय ।

येनाक्षरं पुरुषं वेद सत्यं

प्रोवाच तां तत्त्वतो ब्रह्म विद्याम् ।

वह ज्ञानी-गुरु उस श्रद्धा पूर्ण, शान्त चित्त एवं तितिक्षा और साधना निष्ठ शिष्य को ब्रह्म-विद्या का उपदेश करे जिससे वह अविनासी सत्स्वरूप आत्मा को जान ले ।

गुरु शिष्य चाहे शरीर से सदा पास-पास न रहें पर यदि वह सम्बन्ध उचित अध्यात्म विज्ञान के अनुरूप हुआ है तो शिष्य को गुरु की समीपता उपलब्ध रहेगी और वह उसकी समीपता एवं संगति का फल प्राप्त करता रहेगा । गुरु की क्षमता यह होनी ही चाहिये कि वह शिष्य के अन्तःकरण तक अपनी प्रेरणा पहुँचा सकने में समर्थ हो । इसी शक्ति के आधार पर सद्-गुरु अपने शिष्य का कल्याण कर पाते हैं:—

दर्शनध्यान संस्पशन् मत्सी कूर्मी च पक्षिणीं ।

शिशून् पालयते नित्यं तथा सज्जन संगतिः ।

“जिस प्रकार मछली, कछवी तथा चिड़िया अपने बच्चों का दर्शन, ध्यान और स्पर्श से पालन करती है, उसी प्रकार सत्यपुरुषों की संगति से भी शिष्य का पालन होता है ।”

यादृशैः सन्निवसति यादृशांश्चोपसेवते ।

या दृगिच्छेच्च भवितुं तादृग्भवति पुरुषः ॥

“जो जिसके साथ रहता है, जिसकी सेवा करता है और जो जैसा होना चाहता है वह वैसा ही हो जाता है ।”

यदि सन्तं सेवति यद्यसन्तं

तपस्विनं यदि वास्तेनमेव ।

वासो यथा रंगं वशं प्रयाति

तथा स तेषां वशमभ्युपैति ।

—महा०शान्ति २६६।३३

“कपड़े जैसे रंग से रङ्ग जावें वैसे ही हो जाते हैं। ऐसे ही जो व्यक्ति संत, असंत तपसी, चोर या जैसों का संग करता है, वह वैसा ही हो जाता है।”

राजसूय यज्ञ करने के सम्बन्ध में प्रस्ताव पर विचार विमर्श करते हुये युधिष्ठिर ने श्रीकृष्ण जी से कहा—

केचिद्ध सौहृदादेव न दोषं परिचक्षते ।

स्वार्थ हेतोस्तथैवान्ये प्रियमेव वदन्त्युत ।

प्रियमेव परीक्षन्ते केचिदात्मनियद्वितम् ।

एवं प्रायाश्चदृश्यन्ते जनवादाः प्रयोजने ।

त्वं तु हेतूनतीत्यैतान् रागद्वेषानिरस्य च ।

परमं यत् क्षम लोके यथावद्वक्तुमर्हसि ।

—महाभारत

“कुछ लोग सौहार्दवश दोषों को नहीं कहते, अन्य लोग स्वार्थवश केवल प्रिय ही बोलते हैं तथा कुछ लोग अपने विषय में हित एवं प्रिय विषय ही श्रवण करना चाहते हैं, अतः तदनु रूप ही सुझाव देते हैं। प्रयोजन आने पर प्रायः ऐसे ही जनवाद देखे जाते हैं। तात्पर्य यह है कि किसी न किसी संकोच स्वार्थ या भावना के वशीभूत होकर प्रायः योग यथार्थ की अपेक्षा करके प्रिय ही बोलना जानते हैं त्रुटियों की ओर वे इंगित नहीं कर पाते। किन्तु भगवान् ! तुम तो समस्त हेतुओं से परे रहकर रागद्वेष को दूर भगाकर जो परम समुचित एवं यथार्थ बात है, वही यथावत् बोलते हो। अतः विना तुम्हारे परामर्श के मैं इतना बड़ा कार्य कैसे करसकता हूँ ?”

बुद्धिमान व्यक्ति भी कई अध्यात्म प्रसंगों पर दिग्भ्रान्त हो जाते हैं, तब उन्हें उचित मार्ग दर्शन सद्-गुरु द्वारा ही होता है युधिष्ठिर इस तथ्य को जानते थे इसलिये उन्होंने राजसूय

यज्ञ का प्रसंग आने पर श्रीकृष्ण जी से उसके लिए आवश्यक मार्ग दर्शन मांगा । ऐसा ही मार्ग दर्शन अपनी-अपनी परिस्थितियों के अनुरूप सर्व साधारण को भी प्राप्त करना होता है ऐसे अवसरों पर सुलझे हुए विचारों का तथा अध्यात्म और व्यवहार का समन्वय कर सकने वाला अनुभवी मार्ग दर्शक अभीष्ट होता है । उनके सहयोग और परामर्श से शिष्य अनेक समस्याओं को हल करता हुआ अभीष्ट लक्ष्य तक जा पहुँचता है ।

निमज्यां मज्जतां घोरे भवावधौ परमायनम्  
सन्तो ब्रह्मविदः शान्ता नीर्हृदेवाप्सु मज्जताम्

—श्रीमद्भागवत

“जैसे जल में डूबते हुएों को नाव ही एक मात्र सहारा है, वैसे ही इस भवसागर में डूबने से बचने के लिये ब्रह्मवेत्ता सन्तों का ही सबसे बड़ा सहारा है ।”

दुर्लभो विपयेत्यागो दुर्लभं तत्त्व दर्शनं ।

दुर्लभो सहजावस्था सद्गुरोः करुणांविना ।

“विना गुरु कृपा के विषयों का त्याग दुर्लभ है, तत्त्व-दर्शन दुर्लभ है तथा सहजावस्था का प्राप्त होना भी दुर्लभ है ।”

आत्मज्ञान को उपलब्धि, पापपूर्ण मनोभूमि का परिशोधन, भ्रम संशयों का उच्छेदन, प्रगति के लिये मार्ग दर्शन, यह सब कार्य उनके लिये सरल ही हो जाते हैं जिन्हें अनुमदी सद्-गुरु की प्राप्ति होजाय । इसके बिना अध्यात्म-मार्ग के पथिक को अन्धकार में ही भटकते रहना पड़ता है ।

गुरुपदेशशास्त्र्यै विना चात्मा न बुध्यते ।

एतत्संयोगसत्त्वैव स्वात्मज्ञान प्रकाशिनो ।

--योगवाशिष्ठ ६।४।१६



“शास्त्र के अध्ययन और गुरु के उपदेश विना आत्मज्ञान नहीं होता । अधिकारी जिज्ञासु, शास्त्राध्ययन और सद्गुरु इन तीनों के संयोग से ही आत्मज्ञान प्रकाश में आता है ।

आचार्या द्वैविद्या विहिता साधिष्ठं प्रापन्

“आचार्य के विना पराशक्ति स्वरूपा ब्रह्म विद्या स्वधिष्ठित होती ही नहीं ।”

मन्त्र, साधना विधान, स्वाध्याय और संयम का जैसा महत्व है वैसा ही गुरु के सहयोग का भी है । उचित मार्ग-दर्शन से आधी कठिनाई तो स्वयमेव हल हो जाती है । इस लिये गुरु को भी एक प्रकार से मन्त्र एवं देवता ही माना गया गया है ।

यथा घटश्च कलशः कुम्भश्चैकार्थं वाचकाः ।

तथा मन्त्रो देवता च गुरुश्चैकार्थं वाचकाः ।

“जिस प्रकार घट, कलश, कुम्भ एक ही वस्तु के कई नाम हैं, उसी प्रकार मन्त्र, देवता और गुरु एक ही तत्त्व के नाम हैं ।”

पन्थानो बहवः प्रोक्ता मन्त्र शास्त्र मनीषिभिः ।

स्वगुरोर्मतयाश्रित्य शुभं कार्यं न चान्यथा ॥

“बहुत से मार्ग हैं, अनेक मन्त्र एवं शास्त्र हैं पर अपने गुरु के मतानुसार मार्गालम्बन करने से ही शुभ होता है । इसके विपरीत नहीं ।”

अनेक कोटि मन्त्राणि चित्त व्याकुल कारणम् ।

मन्त्र गुरोः कृपा प्राप्तमेकं स्यात् सर्वसिद्धिदम् ॥

“अगणित मन्त्र तो चित्त की व्याकुलता के कारण ही सिद्ध होते हैं । गुरु की कृपा से प्राप्त हुआ एक मन्त्र ही सर्व सिद्धियाँ प्रदान करता है ।”

गुरु शब्द की व्याख्या करते हुए शास्त्रकारों ने बताया

है कि सच्चा गुरु वही है । जो शिष्य की समस्याओं का समाधान कर सके । देखिये:—

गुणाति उपदिशति धर्ममिति गुरुः

“जो धर्म का उपदेश करे उन्हें गुरु कहते हैं ।”

गिरत्यज्ञान मिति गुरुः

“जो अज्ञान को दूर करें, वे गुरु है ।”

अविद्या हृदय ग्रन्थि बन्ध मोक्षो यतो भवेत् ।

तथैव गुरुरित्यागुरु शब्देन योगिनः ।

—शङ्कराचार्य

“जो हृदय की अज्ञान ग्रन्थि को खोलें उन्हें गुरु कहते हैं ।”

निषेकादीनि कर्माणि यः करोति यथाविधि ।

संभावयति चान्तेन स विप्रो गुरु रच्यते ।

—मनु २।१४२

“जो स्वयं कर्तव्य कर्मों में संलग्न हो और दूसरों को भी वैसी ही प्रेरणा दे ऐसे ब्राह्मण को गुरु कहते हैं, ।”

आत्मा को अपने ही विचारों और तर्कों से प्राप्त नहीं किया जा सकता, इसके लिये सुयोग्य मार्गदर्शक गुरु का होना कितना आवश्यक है, इस सम्बन्ध में ‘महोपनिषद्’ में वर्णित शुकदेव जी का प्रसंग और कठोपनिषद् का प्रमाण मननीय है—

नपा तर्केण मतिरापनेया, प्रोक्तान्येनैव सुज्ञानाय श्रेष्ठ ।

कठ १।२।६

“यह आत्म-वृद्धि तर्क से नहीं मिलती । हे श्रेष्ठ, दूसरे के द्वारा कही जाने पर ही यह अच्छी तरह जानी जाती है ।”

शुकदेव जी के अन्त-करण में स्वतः ही ज्ञान उत्पन्न हुआ था। पर उससे काम न चला। इस सम्बन्ध में 'महोपनिषद्' अध्याय २ में इस प्रकार वर्णन मिलता है—

जात मात्रेण मुनिराङ् यत्सत्यं तदवाप्तवान् ।

तेनासौ स्व विवेकेन स्वमेव महामनाः ।

प्रविचार्य चिरं साधु स्वात्मनिश्चयमाप्तवान् ।

“उन शुकदेव जी को विना गुरु के उपदेश के ही स्वतः आत्मज्ञान हुआ था। उनकी वासनाएँ स्वतः निवृत्त हो गई थीं। परन्तु वह ज्ञान दृढ़ न होने के कारण उनके मन को शान्ति नहीं हुई। उन्हें अपने ज्ञान में विश्वास नहीं हुआ। इसलिए अपने पिता व्यास जी के आदेश से उन्हें जनक के पास ज्ञान ग्रहण करने जाना पड़ा।”

यह भी ध्यान रखने की बात है कि सत्पात्र श्रद्धालु और विश्वासी शिष्य ही गुरु कृपा का लाभ उठा सकता है। जिसमें यह गुण नहीं उस ऊसर भूमि में किसी भी गुरु का बोया हुआ ज्ञान-बीज नहीं जम सकता है। गुरु के एक पक्षीय प्रयत्न से भी शिष्य का कल्याण नहीं हो सकता। दोनों ही पक्षों की श्रेष्ठता से गुरु-शिष्य संयोग का सच्चा लाभ मिलता है। कहा भी है:—

गुरुश्चेदुद्धरत्यज्ञमात्मीयात्पौरुषाद्वते ।

उष्ट्रं दान्तं बलीवर्दं तत्कस्मान्नोद्धरत्यसौ ।

—योगवाशिष्ठ ५।४३।१६

“यदि गुरु किसी अविचारी और पुरुषार्थहीन का उद्धार कर सकते होते तो ऊँट हाथी बैल आदि का उद्धार क्यों न करते?”

आज कोई गुरु बनने की फिकर में है। क्योंकि इससे गुरु बनने वाले को शिष्य से पूजा, सम्मान, आदर और दक्षिणा मिलते रहने से धन का लाभ भी होता है और अपने अहङ्कार की तृप्ति भी होती है। इसलिये लोगों ने शिष्य मूँडना, कान फूँकना भी एक व्यवसाय बना लिया है। पर वस्तुतः यह कार्य हर किसी का नहीं है। जिसमें इतना चरित्र तथा आत्मबल हो कि अपना ही नहीं शिष्य का भी कल्याण कर सके, उसे ही यह महान उत्तरदायित्व अपने कंधे पर लेने का साहस करना चाहिये। गुरु की योग्यता इस प्रकार की होनी चाहिये:—

मातृतः पितृतः शुद्धः शुद्धभावो जितेन्द्रियः।  
 सर्वांगमानां सारज्ञः सर्वं शास्त्रार्थं तत्त्ववित्।  
 परोपकारं निरतो जप पूजादि तत्परः।  
 अमोघ वचनः शान्तो वेद वेदार्थ पारगः।  
 योगमार्गानुसन्धायी देवताहृदयङ्गमः।  
 इत्यादि गुण सम्पन्नो गुरुरागम सम्मतः।

### —शारदातिलक

“जो असली माता-पिता से पैदा हो सदाचारी हो, शुद्ध भावना वाला हो, इन्द्रियाँ जिसके वश में हों, जो समस्त शास्त्रों के सार को जानता हो, परोपकारी हो, जप पूजा आदि उपासनाओं में संलग्न हो, जिसकी वाणी अमोघ हो, शान्त हो, वेद और वेदार्थ का पारदर्शी हो, योगमार्ग में जिसकी प्रगति हो, जो हृदय में देवता के समान हो, इस प्रकार के गुण जिसके स्वभाव में हों, वही शास्त्र सम्मत गुरु बनाने योग्य है।”

ऐसे गुरु ही अपने द्वारा दीक्षित शिष्य का हित-साधन कर सकते हैं। कहा भी है :—

यः समः सर्वं भूतेषु विरागो वीत मत्सरः ।  
 कर्मणा मनसा वाचा भीतेचाभयदः सदा ॥  
 समबुद्धिपदं प्राप्तस्तत्रापि भगवन्मयः ।  
 पञ्चकाल परश्चैव पाञ्चा रात्रार्थं वित्तथा ॥  
 विष्णु तत्त्वं परिज्ञाय एकं चानेक भेदगम् ।  
 दीक्षयेन्मेदिनीं सर्वा किं पुनश्चोपसन्नतान् ॥

—तत्त्वसार

“जो समस्त प्राणियों को समान मानते हैं, राग-द्वेष रहित हैं, मन-कर्म वचन से दूसरों के दुख को दूर करने में रत हैं, जिनकी बुद्धि सम है, जो भगवन्मय हैं, जो नित्य कर्म में सावधान हैं, भगवत् तत्त्व को जानते हैं, वे शरणागत अधिकांशी शिष्य को ही नहीं सारी पृथ्वी को दीक्षित कर सकते हैं ।”

शास्त्रों में दस श्रेणी के व्यक्तियों को गुरु कहा गया है—  
 उपाध्यायः पितामाता ज्येष्ठो भ्राता महीपति  
 मातुलः श्वसुरश्चैव मातामह पितामहो ।  
 वर्ण ज्येष्ठः पितृव्यश्च सर्वे ते गुरुवः स्मृताः ॥

—कौ० उत्तरा० १२।२६

“उपाध्याय, पिता-माता, बड़ाभाई, राजा, मामा श्वसुर, नाना, बावा, ब्राह्मण ये दस गुरु कहे गये हैं ।”

किन्तु इन सब में आचार्य श्रेणी के गुरु की महत्ता विशेष रूप से प्रतिपादित की गई है :—  
 आचार्य श्रेष्ठो गुरुणाम्

—गौ० ध० सू० १।३।५६

गुरुश्रों में आचार्य ही श्रेष्ठ है। आचार्य किसे कहते हैं ?  
उसमें यह लक्षण होने चाहिये :—

आचिनोति च शास्त्रार्थमाचारे स्थापयन्नत्यपि ।  
स्वयमाचरते यस्मादाचार्यस्तेन चोच्यते ।

—वायुपुराण

“जो शास्त्रों के उद्देश्यों (अर्थों) को जाने, स्वयं सदाचारी  
हो और जनता को सदाचार में लगावे उसे आचार्य कहते हैं।”

स्वयमाचरते यस्मादाचारं स्थापयत्यपि ।

आचिनोति च शास्त्राणि आचार्यस्तेनचोच्यते

—ब्रह्माण्ड पर्व ३२।३२

“स्वयं श्रेष्ठ आचरण करे और दूसरों को वैसी ही प्रेरणा  
करे। शास्त्र के मर्म को जाने, उसे आचार्य कहते हैं।”

इस श्रेणी के सत्पुरुष आजकल नहीं के बराबर हैं।

मनसि वचसि काये प्रेम पीयूष पूर्ण—

स्तिभुवनमुपकारश्रोणिभिः प्रीणयन्तः ।

परगुणपरमाणून पर्वती कृत्य नित्यं

निज हृदि विकसन्तः सन्ति सन्तः कियन्तः ।

—भूतहरि

“जितका मन, वचन और काया प्रेमरूपी अमृत में भरे  
हैं, अपने उपकारों की बाढ़ से जो तीनों लोकों को निमग्न करते  
हैं, दूसरों के छोटे गुणों को भी पर्वत के समान महान मानते हैं,  
अपने हृदय को विकसित करते रहते हैं, ऐसे सन्त इस संसार में  
कितने हैं ?”

फिर भी प्रयत्न करने से किन्हीं सौभाग्यशाली व्यक्तियों

को सद्-गुरु क्षमता वाले मार्ग दर्शक भी प्रयत्न करने पर मिल जाते हैं। संसार में किसी वस्तु का पूर्ण अभाव कभी नहीं होता। कभी भले ही हो जाय।

शिष्य के भी गुरु के प्रति अनेक कर्तव्य हैं। उन सब में आवश्यक कर्तव्य है सच्ची श्रद्धा और भक्ति भावना का होना। यही वह आकर्षण है जिसके बल पर शिष्य गुरु के हृदय में से आवश्यक सहायता और कृपा प्राप्त कर सकता है। यदि बछड़ा थन को चूसेगा नहीं तो गाय उसके मुख में अपना दूध उड़ेल नहीं सकेगी। जिसके मन में भक्ति भावना का अभाव है, केवल चिन्ह पूजा के लिये अथवा प्रयोजन विशेष के लिये किसी गुरु को वरण किया है तो ऐसे लोग वह प्रसाद प्राप्त नहीं कर सकते जो श्रद्धा भावना वाले शिष्य प्राप्त करते हैं।

शिष्य को आरम्भ में गुरु-भक्ति की स्थापना हृदय में करनी पड़ती है और यही आगे चलकर ईश्वर-भक्ति के रूप में परिणित हो जाती है। गुरु-भक्ति ईश्वर-भक्ति का ही प्रारम्भिक एवं स्थूल रूप है। आरम्भिक शिष्यों के लिये इसकी उपयोगिता बताते हुये कहा गया है कि :—

यस्य देवे परा भक्तिर्यथा देवे तथा गुरौ। तस्यैते कथिताः  
ह्यार्थाः प्रकाशन्ते महात्मनः। प्रकाशन्ते महात्मनः।

—श्वेताश्वतरोपनिषद् ६।२३

“जिसके मन में परमात्मा की भक्ति के समान ही गुरु की भी भक्ति है, उसी महान आत्मा वाले के हृदय में यह ज्ञान प्रकाशित होता है। उसी के हृदय में यह ज्ञान प्रकाशित होता है।”

माता-पिता पूज्य हैं। उनके प्रति संतान का महान कर्तव्य एवं उत्तरदायित्व है, किन्तु शिष्य का गुरु के प्रति भी काम

उत्तरदायित्व नहीं है, वरन् उससे भी कुछ अधिक ही है । क्योंकि गुरु भी आध्यात्मिक जीवन को प्रदान करने वाला पितर ही है ।

गुरुर्गरीयान् मातृतः पितृतश्चेति मे भातिः ।

शा० १०८।१७

“माता-पिता से भी गुरु का स्थान ऊँचा है ।”

क्योंकि—

माता पितरौ शरीरमेव काष्ठ कुंड्यादि समं जनयतः ।

आचार्यस्तु सर्वं पुरुषार्थं क्षम रूपं जनयति ।

“माता-पिता तो लकड़ी के ढोल सरीखे इस देह को ही जन्म देते हैं पर आचार्य सब पुरुषार्थ भरे अध्यात्म रूप को ही जन्म देता है ।”

अध्यात्म विद्या का प्रवेशद्वार गुरुदीक्षा है । यों भावना से भी किसी को गुरु माना जा सकता है पर दीक्षा का विशेष विज्ञान एवं महत्व है । कोई स्त्री चाहे तो भावना मात्र से भी किसी को पति मान सकती है पर यदि विधिवत् विवाह संस्कार के साथ देवताओं और गुरुजनों को साक्षी में पति वरण किया जाय तो उसका प्रभाव और महत्व दूसरा ही है । गुरुदीक्षा का भी अपना विज्ञान है । इस संस्कार के माध्यम से गुरु अपनी प्राणशक्ति की चिनगारी शिष्य के हृदय में विधिवत् स्थापित करता है । जो उचित शुभ सिचन होते रहने से एक दिन प्रचण्ड तेजोमयी दिव्य ज्योति के रूप में प्रस्फुटित होती है । साधन-पथ के पथिकों के लिये यह प्रकृया आवश्यक मानी गई है :—

दीक्षां विना न मोक्ष स्यात् प्राणिनां शिव शासनात्,  
सा च न स्याद विनाचार्यमित्याचार्य परम्परा ॥



उपासना शते नापि यां विना नैव सिद्ध्यति ।  
तां दीक्षामाश्चयेद् यत्नात् श्रीगुरोर्मन्त्रसिद्धये ॥

### —पिच्छला तंत्र

‘शिवजी के आवेश के कारण दीक्षा के बिना किसी को मोक्ष प्राप्त नहीं हो सकता । आचार्य परम्परा के विरुद्ध दीक्षा भी सफल नहीं होती । अनेकों प्रकार की उपासनायें हैं पर बिना दीक्षा के कोई सफल नहीं होती । गुरु दीक्षा के आधार पर ही मोक्ष प्राप्त होता है ।’

दिव्य ज्ञानं यतो दद्यात्कुर्यात्पापस्य संक्षयम् ।  
तस्माद्दीक्षेति सा प्रोक्ता मुनिभिस्तत्र वेदिभिः ॥  
दीक्षा मूलं जपं सर्वं दीक्षा मूलं परं तपः ।  
दीक्षामाश्रित्य निवसेद्यत्र कुत्राश्रमे वासन् ।  
देवि दीक्षा विहीनस्य न सिद्धिर्न च सद्गतिः ।  
तस्मात्सर्वं प्रयत्नेन गुरुणादीक्षितो भवेत् ॥

“जिससे दिव्य ज्ञान प्राप्त होता है और पापों का क्षय होता है, इसलिये उसे दीक्षा कहते हैं । जप का मूल दीक्षा है, तप का मूल दीक्षा है । किसी भी आश्रम में रहे दीक्षा लेकर रहे । हे पार्वती ! दीक्षाहीन को न सिद्धि मिलती है न सद्गति । इसलिये प्रयत्नपूर्वक दीक्षा ग्रहण करनी चाहिए ।”

ते नराः पशवो लोके किं तेषां जीवने फलम् ।  
यैर्नलब्ध्वा हरेर्दीक्षा नाचितोवा जनादर्दनः ॥

### —स्कन्द पुराण

“संसार में वे मनुष्य पशु तुल्य हैं, उनके जीवन में क्या लाभ ? जिनने दीक्षा लेकर भगवान् की उपासना नहीं की ।”

( ५१ ) .

दीक्षाग्नि दग्ध कर्मा सौ यायाद्विच्छिन्न बन्धनः ।

गतस्तस्य कर्म बन्धो निर्जीवश्च शिवो भवेत् ॥

—कुलार्णव

“दीक्षा की अग्नि में कर्म जल जाने से बन्धन कट जाते हैं और जीव शिवत्व को प्राप्त कर लेता है ।”

दीयते परमं ज्ञानं क्षीयते पाप पद्धतिः ।

तेन दीक्षोच्यते मंत्रे स्वागमार्थं बलावलात् ॥

—लघु कल्प सत्र

“जिससे परम ज्ञान दिया जाय और पाप प्रकृया नष्ट हो उसे शास्त्रों में दीक्षा कहा गया है ।”

दिव्यं ज्ञानं यतो दद्यात् कुर्यात् पाप क्षयं ततः ।

तस्माद्दीक्षेति सा प्रोक्ता सर्व तंत्रस्य संमता ॥

—विश्वसार

“जिससे दिव्य ज्ञान दिया जाय, और पाप क्षय हों, उसे दीक्षा कहते हैं ।”

ददाति दिव्यं भावञ्चेत् क्षिणुयात् पाप संततिम् ।

तेन दीक्षेति विख्याता मुनिभिस्तत्र पारगैः ॥

—गौतमीय तंत्र

“जिसके द्वारा दिव्य भाव दिया जाय और पाप शृङ्खला टूटे, उसे मुनियों ने दीक्षा कहा है ।”

रसेन्द्रेण यथा विद्वमयः सुवर्णतां व्रजेत् ।

दीक्षा विद्वस्तयैवात्मा शिवत्वंलभते प्रिये ॥

--कुलार्णव

“जिस प्रकार रसायन विधि से साधारण धातु स्वर्ण बन जाती है, उसी प्रकार दीक्षा विधान से साधारण आत्मा भी शिवत्व को प्राप्त करती है।”

अनीश्वरस्य मर्त्यस्य नास्ति त्राता यथा भुवि ।

तथा दीक्षा विहीनस्य नेह स्वामी परत्र च ॥

—दत्तात्रेय यामल

“दीक्षा विहोन मनुष्य का इस लोक और परलोक में कहीं कल्याण नहीं ।

यथा कूर्मः स्वतनयान्ध्यान मात्रेण पोषयेत् ।

वेध दीक्षोपदेशस्तु मानसः स्यात्तथाविधः ॥

—कुलार्णव

“जिस प्रकार कछुआ अपने वच्चों का ध्यान मात्र से पोषण करता है, उसी प्रकार गुरु भी अपनी मनः स्थिति से शिष्य की मनःस्थिति का पोषण करता है, इसे वेध-दीक्षा कहते हैं।”

अध्यात्म मार्ग के पथिकों के लिये मार्ग-दर्शक का चुनाव एवं वरण करना आवश्यक है। यह कार्य विधि-विधान के साथ सम्पन्न किया जाय तो ही उसका समुचित लाभ भी मिलता है। गुरुदीक्षा का यही तत्त्वज्ञान है।

## उपनिषदों में देव-उपासना

उपनिषदों में वर्णित साधना विधान में देव-उपासना का भी महत्वपूर्ण स्थान है। जहाँ आत्म चिन्तन, ब्रह्मध्यान, मनोनिग्रह, विवेक वैराग्य आदि का विस्तृत विवेचन हुआ है

वहाँ अनेक देवताओं की उपासना के भी विधि-विधानों एवं महत्त्वों की चर्चा हुई है । कई उपनिषद् देवताओं के नाम पर ही हैं, उसमें प्रतिपादित देवता के गुण धर्म एवं उपासना के प्रतिफल विस्तारपूर्वक बताये गये हैं । उच्च मनोभूमि के साधक वेदान्त की अद्वैत साधना में संलग्न रहें एवं उससे कुछ नीची श्रेणी के साधक देव-उपासना द्वारा अभीष्ट काम्य-प्रयोजनों की भी पूर्ति करते रहें, ऐसा अभिमत उपनिषद्कारों का रहा है ।

सूर्य, शिव, गणेश, नृसिंह, गरुड़, हनुमान, कृष्ण, राम, राधा, सीता, सरस्वती, लक्ष्मी, काली, त्रिपुरा आदि देवी देवताओं की उपासना का उद्देश्य क्या है और उनका क्या प्रतिफल प्राप्त होता है, उसका वर्णन उन देवताओं के प्रयोजन से बने हुए उपनिषदों में हुआ है । यह देवपूजा विशेषतया लौकिक प्रयोजनों के लिये की जाती है । पीछे अध्यात्म-मार्ग पर चलते हुए साधक ब्रह्म प्राप्ति के परम श्रेयस्कर लक्ष्य की ओर अभिमुख हो जाता है । देव-उपासना भी परमात्मा के एक रूप विशेष की ही पूजा है और उससे सीमित उद्देश्य की पूर्ति भी होती है । देव-उपासना के परिणामों की कुछ चर्चा नीचे देखिये:—

“एक बार कीपीतकि ऋषि ने अपने पुत्र से कहा — मैंने सूर्य की उपासना की, इससे तू मेरा एक पुत्र हुआ । तू सूर्य की किरणों का सब ओर से आवर्तनकर, उन सबके रूप में धृकार का चिन्तन कर, इससे निश्चय ही तेरे बहुत पुत्र होंगे ।”

—छान्दोग्य, पंचम खंड

“सूर्य नारायण का आष्टाक्षर मंत्र नित्य जपने वाला ब्रह्मज्ञानी होता है । सूर्य की ओर मुख करके जाप करने से घोर

रोगों से छुटकारा मिलता है, दरिद्रता दूर होती है, पाप दूर होते हैं। प्रातःकाल पाठ करने से भाग्यवृद्धि होती है। उसे पशु, धन आदि के साथ ही वेदार्थ ज्ञान की उपलब्धि भी होती है। सूर्य के हस्त नक्षत्र पर रहते हुये इसका जप करने वाला महामृत्यु से पार होता है।”

—सूर्योपनिषद्

“चाक्षुषी विद्या नेत्र रोगों का नाश करने वाली तथा नेत्रों को तेजयुक्त करने में समर्थ है। इसका विनियोग नेत्र रोगों के शमनार्थ होता है।

—चाक्षुषोपनिषद्

“गणपति का अभिषेक करने वाला वक्ता बन जाता है। चतुर्थी तिथि को उपवास करके जो इसे जपता है वह विद्यावान होता है, ऐसा महर्षि अथर्वण का कथन है। इस मन्त्र द्वारा तप करने वाले को कभी भय नहीं लगता। दूर्वा के अंकुरों द्वारा गणपति का यजन करने वाला कुवेर के समान धनवान होता है। लाजाओं द्वारा यज्ञ करने वाला यशस्वी होता है। सहस्र मोदकों द्वारा यजन करने वाला इच्छित फल पाता है। जो धृत और समिधा से यज्ञ करता है, उसे सब कुछ प्राप्त हो जाता है। सूर्य ग्रहण के समय किसी महानदी या प्रतिमा के निकट बैठ कर जप करे तो मन्त्र सिद्धि प्राप्त होती है। ऐसा साधक विघ्नों से भी छुटकारा पा लेता है।

—गणपत्युपनिषद्

“एक समय मृत्यु, पाप और संसार से सब देवता अत्यन्त भयभीत हुए और भागकर प्रजापति की शरण में पहुँचे। ब्रह्मा जी ने उन्हें भगवान नृसिंह का मन्त्र बताया देवताओं ने

इस मन्त्र की सिद्धि द्वारा 'मृत्यु पर विजय प्राप्त करली । वे सब पापों से मुक्त हो गये और संसार रूपी समुद्र को भी लांघ गये । अतः जो मनुष्य मृत्यु, पाप और भवसागर से भय मानता हो, वह इस नृसिंह मन्त्र की शरण ग्रहण करे ।”

### —नृसिंहपूर्वतापनीयोपनिषद्

“प्रजापति ब्रह्मा ने कहा—प्रण्व, यजुर्लक्ष्मी, गायत्री और नृसिंह गायत्री ये सब मन्त्रराज के अङ्गभूत मन्त्र हैं । इनका ज्ञाता ऐश्वर्य प्राप्त के साथ ही अन्त में अमृतत्व को प्राप्त कर लेता है ।”

### —नृसिंहपूर्व तापनीयोपनिषद्

“जो व्यक्ति नृसिंह मन्त्र का नित्य प्रति जप करता है, वह अग्नि की गति रोकने में भी समर्थ होता है वह वायु की भी गति रोक देता है । सूर्य चन्द्रमा की गति तथा जल के प्रवाह को रोक देता है । वह सब ग्रहों की गति रोक सकता है, सब देवताओं को स्तम्भित कर सकता है तथा विष का भी स्तम्भन कर सकता है ।.....सब देवताओं, यज्ञों तथा नागों को आकर्षित कर लेता है । मनुष्य भी उसकी ओर खिंचते हैं तथा सभी उससे आकर्षित रहते हैं ।”

### —नृसिंहपूर्व तापनीयोपनिषद्

नृसिंह सबका कल्याण करने वाले हैं । ये ही विष्णु हैं । ये ही सर्वतोमुख हैं । ये ही उग्र वीर एवं तुरीय हैं । ये ही महान् ज्वलन और भीषण हैं । ये ही कल्याण स्वरूप हैं तथा ये ही मृत्यु के लिये भो मृत्यु हैं । ये ही 'नमामि' पद के लक्ष्यार्थ तथा अहम् पद के आश्रयभूत हैं—.....महान् ज्वलन्, उग्र, वीर, भीषण, सर्वतोमुख, कल्याणमय नृसिंह रूप यह

सब कुछ ब्रह्म ही है.....अतः जो ब्रह्म को भय रहित एवं उपरोक्त गुणों से सम्पन्न जानता है वह ज्ञानी भय रहित होता है और ब्रह्म ही बन जाता है ।”

### —नृसिंहोत्तरतापनीयोपनिषद्

“जो इस नरसिंह चक्र को जानता है, वह सभी वेदों का अध्ययनकर्ता समझा जाता है। वह सभी यज्ञों का कर्ता समझा जाता है। उसने सभी तीर्थों में स्नान कर लिया। उसे सभी मन्त्रों की सिद्धियाँ भी प्राप्त हो जाती हैं। वह सर्वत्र शुद्ध हो जाता है। सब को रक्षा करता है। भूत, प्रेत, पिशाच, डाकिनी, शाकिनी, वेताल आदि भयङ्कर योनियों का नाश करने वाला भी वह होता है और सब प्रकार निर्भय हो जाता है।”

### —नरसिंहषट्चक्रोपनिषद्

मनुष्यो ! इन भगवान नीलकण्ठ का दर्शन करो। यही भगवान रुद्र हैं, जो जल में, औषधियों में निहित होकर रोग रूप पापों को नष्ट करते हैं। यह प्राणियों के लिए प्राण रूप हैं। तुम्हारे अमङ्गल को नष्ट करने के लिये और अप्राप्त कामनाओं को पूर्ण कराने के लिये तुम्हारे निकट पधारे।”

### —नीलरुद्रोपनिषद्

“जो इस विद्या का अमावस्था के दिन अध्ययन करता है, उसे सारे जीवन भर साँप नहीं काटते।.....मन से ही विष को मुक्त किया जा सकता है।”

### —गरुड़ोपनिषद्

“जो कवित्व, भोग, निर्भयता अथवा मोक्ष की इच्छा करता हो वह इन मन्त्रों के द्वारा भगवती सरस्वती की भक्तिपूर्वक पूजा स्तुति करे। भक्ति और श्रद्धा सहित विधिपूर्वक पूजा करने वाला, नित्य स्तुति करने वाला भगवती की कृपा शीघ्र ही प्राप्त कर लेता है। वह दूसरों से सुने बिना भी ग्रन्थों के अर्थों को समझने वाला होता है।”

### —सरस्वती रहस्योपनिषद्

“इस सौभाग्यलक्ष्मी उपनिषद् की साधना से साधक अग्निपूत और वायुपूत होता है। वह सब धन-धान्य, स्त्री, पुत्र, हाथी, अश्व, गौ, भैंस, सेवक आदि ऐश्वर्यों से सम्पन्न होकर ज्ञानी बनता है और अन्त में परम पद को प्राप्त करता है।”

### —सौभाग्यलक्ष्मी उपनिषद्

“सर्वाङ्ग सुन्दरी त्रिपुरा देवी का देह रूप गुहा में स्थित काम, रूप, कला का ध्यान करके मनुष्य काम रूप हो जाता है और कामनाएँ पूर्ण करता है। इस कामोपभोग संस्कारों से फिर जन्म धारण करने पड़ते हैं। अतः मोक्ष के इच्छुकों को यह कामोपपासना नहीं करनी चाहिये।”

—त्रिपुरोपनिषद्

## देवता और उनकी सिद्धि साधना

इस सृष्टि का उत्पादक, पोषक, संहारक, कर्ता-हर्ता—एक परमात्मा ही है। उसे ही अनेक नाम से पुकारते हैं। “एकं सद्ब्रिप्रा बहुधा वदन्ती” उस एक ही सत् परमात्मा को विद्वानों ने बहुत प्रकार से कहा है।



सृष्टि में अनेकों प्रकृतियाँ चलती हैं। उनकी संचालक शक्तियाँ भी अनेक हैं। यद्यपि वे सभी परमात्मा की ही शक्तियाँ हैं पर उनकी गतिविधियों की प्रथकता के अनुरूप उनके नामकरण अलग-अलग किये गये हैं। सूर्य एक ही है पर उसकी अनेक किरणें अपने गुण धर्म की प्रथकता के कारण अल्ट्रा वायलेट, अल्फा वायलेट, एक्सरेज आदि अनेक नामों से पुकारी जाती हैं। मनुष्य शरीर एक ही है पर उसके विभिन्न अंगों का उपयोग और स्वरूप भिन्न-भिन्न होने के कारण उन अंगों के नाम भी पृथक-पृथक हैं। शरीर को जो कार्य करना होता है वह अपने तदनुकूल अंग से ही उसे पूरा कराता है।

ईश्वर के विराट स्वरूप से अंग प्रत्यंगों को उसकी क्रिया-किरणों को देवता नाम से पुकारते हैं। यह देवता अपने-अपने कार्य क्षेत्र में उसी प्रकार संलग्न रहते हैं जिस प्रकार किसी सरकार के अनेक मन्त्री एवम् अफसर अपने अपने विभाग को संभालते हुये राजतन्त्र का संचालन करते हैं।

देवताओं की सत्ता पृथक से दृष्टिगोचर होते हुये भी वे वस्तुतः एक ही विराट ब्रह्म के अवयव मात्र हैं। उनका स्वतन्त्र अस्तित्व भासता तो है पर है नहीं। लहरें और बबूले जल के ही अंग हैं। विविध देवताओं का जहाँ स्वरूप और गुण धर्म शास्त्रकारों ने वर्णन किया है वहाँ यह भी स्पष्ट कर दिया है कि वे सब वस्तुतः एक ही परमात्मा के अंग-प्रत्यंगमात्र हैं। कहा गया है कि :—

एकं सद्भिप्रा बहुता वदन्ति

—ऋग्वेद ६।३।२२।४६

उस एक ही परमात्मा को विद्वान लोग अनेक नामों से वर्णन करते हैं ।”

एकं सन्तं बहुधा कल्पयन्ति ।

“उस एक ही अनेक रूपों में कल्पना की गई है ।”

सृष्टि स्थित्यन्तकरणीं ब्रह्मविष्णु शिवाभिधाम् ।

स संज्ञा यांति भगवानेक एक जनार्दनः ।

—विष्णु पुराण १।२।६६

“वह एक ही भगवान् सृष्टि का उत्पादन, पालन और संहार करता है । उसी के ब्रह्मा, विष्णु, महेश नाम हैं ।”

आत्मा वा इदमेक एवाग्र आसीत्

—एतरेय १।१।१

“यह आत्मा एक ही था !”

एकमेवाद्वितीयम्

—छान्दोग्य ६।२।१

“वह एक ही है, दो नहीं ।”

एकैव सा महाशक्तिस्तया सर्वं भिदं ततम् ।

“वह एक ही महाशक्ति है । उसी से यह सारा विश्व आच्छादित है ।”

एक एव तदा रुद्रो न द्वितीयोऽस्ति कश्चन

—शिव पुराण

“तब ( सृष्टि के आदि में ) अकेला रुद्र ही था और कोई नहीं ।”

तदेवाग्निस्तदादित्यस्तद्वायुस्तद्वृक्षंद्रमाः

तदेव शुक्रं तद् ब्रह्म ता आपः न प्रजापतिः

—यजु० ३२।१

“यह परमात्मा ही अग्नि, सूर्य, वायु, चन्द्रमा, शुक, ब्रह्मा, और वरुण है ।”

तमादि देवमजरं केचिदाहुः शिवामिधम्  
केचिद्विष्णुं सदा सत्यं ब्राह्मणं केचिदुच्यते

—बृहन्नारदीय पुराण १।२।५

“उस अनादि, अजर परमात्मा कोई शिव, कोई विष्णु, कोई ब्रह्मा कहते हैं ।”

त्रिधाभिन्नोह्यहं विष्णो, ब्रह्मा विष्णु हराख्यया ।  
सर्गरक्षालय गुणैर्निष्कलोऽहं सदा हरे ।

—शिव पुराण २।१।६।२८

“सृष्टि के उत्पादन, पालन तथा संहार के गुणों के कारण मेरे ही ब्रह्मा, विष्णु, शिव यह तीन भेद हुये हैं । वस्तुतः मेरा स्वरूप सदा भेद रहित है ।”

ब्रह्मा दक्षः केवरो यमवरुणमरुद्वन्हि चन्द्रन्द्र रुद्राः ।  
शैलानद्यः समुद्रा ग्रह गण मनुजा दैत्य गन्धर्वनागाः ॥  
द्वीपा नक्षत्र तारा रवि वसु मुनयोव्योमभूरिस्वर्ना च ।  
संलीना यस्य सर्वे वपुषि स भगवान् पातु वोविश्वरूपः ॥

“ब्रह्मा, दक्ष, कुवेर, यम, वरुण, मरुत, अग्नि, चन्द्र, इन्द्र, रुद्र, पर्वत, नदी, समुद्र, ग्रह, मनुष्य, दैत्य, गन्धर्व नाग, द्वीप, नक्षत्र, तारागण, रवि, वसु, मुनि, आकाश-पृथ्वी, अश्वनीकुमार आदि सभी जिसमें लीन हैं, उस विश्वरूप परमात्मा को नमस्कार है ।”

यो ब्रह्मा स हरिः प्रोक्तो यो हरिः स महेश्वरः ।  
या काली सैव कृष्णः स्याद् यः कृष्ण सैव कालिका ॥  
देव देवीं समुद्दिश्य न कुर्यादन्तरं क्वचित् ।  
तत्तद्भेदो न मन्तव्यः शिव शक्तिमयं जगत् ॥

“जो ब्रह्मा है वही हरि हैं, जो हरि हैं वे ही महेश्वर हैं । जो काली है वही कृष्ण है, जो कृष्ण है वही काली है । देव और देवी को लक्ष्य करके कभी मन में भेद भाव उत्पन्न होने देना उचित नहीं है । देवता के चाहे जितने नाम और रूप हों, सभी एक हैं । यह जगत् शिव शक्तिमय है ।”

विभिन्न देवताओं की अलग-अलग उपासना का तात्पर्य परमात्मा की उस शक्ति से सम्बन्ध स्थापति करना है जो साधक के अभीष्ट प्रयोजन से सम्बन्धित है । जैसे समस्त प्रजा एक ही राजा के राज्य में रहती है तो भी उसे अलग-अलग प्रयोजनों के लिये अलग-अलग विभागों के दफ्तरी एवं कर्मचारियों के पास जाना पड़ता है । देव उपासना का भी यही प्रयोजन है । साधक अपनी आवश्यकता और आकांक्षा के अनुरूप उनमें से समय समय पर इन देवताओं का अंचल पकड़ता है और छोड़ता रहता है ।

किस देवता की आराधना किस प्रयोजन के लिये किस प्रकार करनी चाहिये इसका वर्णन और साधना शास्त्रों में विस्तारपूर्वक मिलता है । श्रीमद्भागवत में भी इस प्रकार का प्रसंग आता है:—

ब्रह्मवर्चसमामस्तु यजेत ब्रह्मणस्पतिम् ।

इन्द्रमिन्द्रिय कामस्तु प्रजाकामः प्रजापतीन् ॥

देवीं यायां तु श्रीकामस्तेजत्कामो विभावसुम् ।

वसुकामो वसून् रुद्रान्वीर्यं कामोऽथ वीर्यवान् ॥

अन्नाद्यकामस्त्वदिति स्वर्गं कामोऽदितेः मुतान् ।

विश्वान् देवान् राज्यकामः साध्यान्संसाधको विशाम् ॥

आयुष्कामोऽश्विनौ देवीं पुष्टिं काम इलां यजेत् ।

प्रतिष्ठा कामः पुरुषो रोदसी लोक मातरो ॥

रूपामिकामो गन्धर्वान्क्षीकामोऽप्सर उर्वसीम् ।

आधिपत्य कामः सर्वेषां यजेत परमेदिष्ठनम् ॥

यज्ञं यजेद्यशस्कामः कोशकामः प्रचेतसम् ।

विद्या कामस्तुगिरिशं दाम्पत्यार्थं उमां सतीम् ॥

धर्मार्थं उत्तमश्लोकं तन्तुं तन्वन्पितृन्यजेत् ।

रक्षाकामः पुण्य जनानोजस्कामो मरुद्गणाम् ॥

राज्य कामो मत्तून्देवान् निऋतित्वभिचरन्यजेत् ।

कामकामो यजेत्सोममकामः पुरुषं परम् ॥

—श्रीमद्भागवत २।३।२—६

“ब्रह्मतेज की इच्छा वाले को ब्रह्मा की, इन्द्रिय भोगों के लिये इन्द्र की, सन्तान के लिये प्रजापति की, सौभाग्य के लिये दुर्गा, की तेज, के लिए अग्नि की धन के लिये वसुओं की, वीर्य के लिए रुद्र की, अन्न के लिए अदिति की, स्वर्ग के लिए आदित्यों की, राज्य के लिये विश्वेदेवों की, लोक प्रियता के लिए साध्यगण की, दीर्घायु के लिए अश्विनी कुमारों की पुष्टि के लिये वसुन्धरा की, प्रतिष्ठा के लिए अन्तरिक्ष की, रूप के लिए गन्धर्वों की रमणी के लिये उर्वशी की, आधिपत्य के लिए प्रजापति की, यश के लिए यज्ञ की, कोश के लिए वरुण की, विद्या के लिए शंकर की, दाम्पत्य के लिये गौरी की, धन संचय के लिये नारायण की, कुटुम्ब वृद्धि के लिए पितृगण की, रक्षा के लिए यज्ञों की, बल के लिये मरुद्गण की, अभिचार के लिए राक्षसों की, भोगों के लिए चन्दमा की, और जिसे कोई इच्छा न हो वह परमात्मा की उपासना करे ।”

यह देव शक्तियां विभिन्न आकार प्रकार में चित्रित की गई हैं। इनकी आकृतियां, आयुध, वाहन, आदि का भी स्वरूप दिखाया गया है पर वस्तुतः इस सब का आधार ध्यान-विद्या का विज्ञान है। किस प्रकार से ध्यान करने पर कौन-सी

देव शक्ति को साधक अपनी धारणा में अवतीर्ण कर सकता है, इस सूक्ष्म विज्ञान के ज्ञाता बहुत खोज करने पर ही प्राप्त हो सकते हैं ।

देव उपासना में जहाँ विधि-विधान और कर्मकाण्ड का महत्व है वहाँ श्रद्धा और विश्वास की सुदृढ़ भावना का होना भी आवश्यक है । उथली श्रद्धा के साथ, केवल कौतुक, कौतूहल समझकर, मन्त्र या देवता की परीक्षा के लिए कुछ आधा-अधूरा साधन कर लेने से समुचित परिणाम प्राप्त नहीं हो सकता । उसके लिए गहरी श्रद्धा और पूर्ण विश्वास का होना अपरिहार्य है । इस श्रद्धा-विश्वास को ही (अमृत) कहते हैं । इसी को पीकर देवता तृप्त एवं प्रसन्न होते हैं । उपनिषद् में इसी प्रकार का वर्णन आता है:—

न वै देवा अश्नन्ति, न पिबन्त्येत देवामृतं दृष्ट्वा तृप्यन्ति ।

—छान्दोग्य ३।६।१

“देवता न तो खाते हैं, न पीते हैं । केवल अमृत को देख कर तृप्त रहते हैं ।”

उपासक केवल विधि-विधान की लकीर पीट रहा है या वह ‘अमृत’ भी अर्पण कर रहा है, इसकी परीक्षा के लिए कई बार देवताओं की ओर से साधना काल में लोभ और भय के अवसर उपस्थित किए जाते हैं । दुर्बल मनोभूमि का साधक उस परीक्षा में विचलित हो जाता है, फलस्वरूप अमीष्ट सिद्धि से उसे वंचित रहना पड़ता है ।

यों देवता सर्वव्यापी है पर उनका सबसे निकटवर्ती निवास स्थान अपनी ‘देह’ ही है । इस मानव शरीर में सभी देवता निवास करते हैं । विभिन्न अंग प्रत्यङ्गों में विभिन्न

देव-शक्तियों का निवास है । इसलिए साधक को अपना शरीर एवं मन इस योग्य बनाना होता है कि वहां निवास करने वाली देव शक्तियाँ जागृत होकर अपनी सजातीय महाशक्ति को सूक्ष्म जगत में से आकर्षित न कर सकें । आहार-विहार, व्रत, संयम, उपवास, ब्रह्मचर्य एवं विविधि तपश्चर्याओं द्वारा शरीर में रहने वाली देव शक्तियों को शुद्ध करना भी अभीष्ट सिद्धि के लिए आवश्यक है । ‘एतरेयोपनिषद्’ में कहा गया है:—

ता एता देवताः सृष्टा अस्मिन् महत्यर्णवे प्रापतंस्तमशना  
पिपासाभ्यामन्ववार्जत् ता एन मन्नुवन्नायतनं नः प्रजानीहि  
यस्मिन् प्रतिष्ठितः अन्न मदा मेति ।

—एतरेयोपनिषद् १।२।१

“परमात्मा ने अग्नि आदि सब देवता उत्पन्न किए और इन्हें इस संसार में भेजा । उन्हें भूख और प्यास से युक्त कर दिया । तब वे देवता परमात्मा से बोले—हमारे लिए स्थान की व्यवस्था कीजिए जहां रहकर हम अपना आहार प्राप्त कर सकें ।”

ताभ्यः पुरुषमामयत्ता अब्रुवन् सुकृतं वतेति पुरुषो  
वाव सुकृतम् । ता अब्रवीद्यथाऽयतनं प्रविशतेति ।

—एतरेयोपनिषद् १।२।३

“परमात्मा ने उनके लिए मनुष्य का शरीर उपस्थित किया । तब देवताओं ने कहा—वस, हमारे लिए यह बहुत सुन्दर स्थान बन गया । यह सचमुच ही बड़ी सुन्दर रचना है । तब परमात्मा ने कहा—अब तुम लोग अपने लिए इसमें उचित स्थान ढूंढलो और उसी में प्रवेश कर जाओ ।”

अग्निर्वाग् भूत्वा मुखं प्राविशद्वायुः प्राणो भूत्वा नासिके प्राविश-  
दादित्यश्चक्षुर्भूत्वाऽक्षिणी प्राविशद्दिशः श्रोत्रं भूत्वा कर्णौ प्रावि-  
शन्नोपधि वनस्पतयो लोमानि भूत्वा त्वचं प्राविशंश्चन्द्रमा  
मनो भूत्वा हृदयं प्राविन्मृत्युरपानो भूत्वा नाभिं प्राविशदापो रेतो  
भूत्वा शिश्नं प्राविशन् ।

### —एतरेयोपनिषद् १।२।४

“अग्नि ने बाणी बनकर मुख में प्रवेश किया । वायु प्राण  
बनकर नासिका में रहने लगा । सूर्य ने नेत्र बनकर आँखों में  
स्थान ग्रहण किया । दिशा-देवता ने कर्णेन्द्रिय बनकर कानों में,  
वनस्पति देवता ने रोम बनकर त्वचा में, चन्द्रमा ने मन बनकर  
हृदय में, यम ने अपान वायु बनकर नाभि में और वरुण देवता  
ने वीर्य बन कर शिशनेन्द्रिय में प्रवेश किया ।”

तमशनायापिपासे अब्रूतामावाभ्यामभि प्रजानीहीति ।  
ते अब्रवी देतास्वेव वां देवतास्वाभजाम्येता सुभागिन्यौ करोमीति ।  
तस्माद्यस्यै कस्यै च देवतायै हविर्गृह्यते भागिन्यावेवास्यामशनाया  
पिपासे भवतः ।

### —एतरेयोपनिषद् २।२।५

“तब भूख और प्यास परमात्मा से बोलीं—हमारे लिये  
भी स्थान दीजिए । उनने उत्तर दिया तुम्हें इन देवताओं में ही  
प्रविष्ट किये देता हूँ । तुम्हें इन्हीं का भागीदार बनाता हूँ । यह  
देवता तुम्हारे ही द्वारा अपनी-अपनी हवि ग्रहण करेंगे । तुम दोनों  
उन्हीं की भागीदार रहोगी ।”

शरीर में निवास करने वाले देवताओं को भूख, प्यास के  
माध्यम से ही पोषण मिलता है । अर्थात् जंसा कुछ हम खाते  
पीते हैं, उसी के अनुरूप देव शक्तियाँ सशक्त एवं दुर्बल होती हैं ।



सात्विक खान-पान देव-तत्वों को पुष्ट करता है, और आसुरी तमोगुणी आहार करने से, मद्य-मांस सेवन करने से देवता दुर्बल हो जाते हैं। यह देवता केवल मुख के द्वारा ही आहार नहीं लेते वरन् प्रत्येक इन्द्रिय के द्वारा उसकी उचित-अनुचित प्रकृतियों के आधार पर वे देवता पुष्ट एवं असक्त बनते हैं। जो अपनी इन्द्रियों का दुरुपयोग करता है, उनके द्वारा अनैतिक आचरण करता है, अग्राह्य को ग्रहण करता है तो शरीरवासी देवता असक्त हो जाते हैं, फिर विधि-विधान एवं मन्त्र प्रकृत्या भी वैसा फल नहीं देती जैसी शरीर में पुष्ट देव-स्थिति होने पर दिया करती है। इसलिये देव उपासकों को इन्द्रिय-संयमी, सदाचारी, होना और आहार-विहार की शुद्धता का भी भरपूर ध्यान रखना आवश्यक है।

साधक यदि अपने शरीर-देवताओं को परिपुष्ट रखे और श्रद्धा, विश्वास पूर्वक नियत विधि-विधान के साथ साधनाकरे तो देव वरदान का वही लाभ हो सकता है जो शास्त्रों में वर्णन किया गया है।

गायत्री तपोभूमि, मथुरा } श्रीराम शर्मा आचार्य  
अषाढ़ सुदी ३०, सम्बत् २०१८

# १०८ उपनिषद्

(साधना-खण्ड)

—ॐ—

## योगचूड़ामण्युपनिषत्

ॐ आप्यायन्तु ममाङ्गानि वाक् प्राणश्चक्षुः श्रोत्रमथो  
बलमिन्द्रियाणि च सर्वाणि सर्वं ब्रह्मोपनिषद् माहं ब्रह्म  
निरकुर्यां मा मा ब्रह्म निराकरोदनिराकरणमस्त्वनिराकरणं  
मे अस्तु । तदात्मनि निरते य उपनिषत्सु धर्मास्ते मयि सन्तु ते  
मयि सन्तु । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

मेरे अङ्ग वृद्धि को प्राप्त हों, वाणी, घ्राण, चक्षु, श्रोत्र  
बल और सब इन्द्रियां वृद्धि को प्राप्त हों। सब उपनिषद् ब्रह्मरूप  
हैं। मुझसे ब्रह्म का त्याग न हो और ब्रह्म मेरा त्याग न करे।  
उसमें रत हुये मुझको उपनिषद् धर्म की प्राप्ति हो। ॐ शान्तिः  
शान्तिः शान्तिः ।

योगचूड़ामणि वक्ष्ये योगिनां हितकाम्यया ।

कैवल्यसिद्धिदं गूढं सेवितं योगवित्तमैः ॥१॥

आसनं प्राणसंरोध-प्रत्याहारद्वय धारणा ।

ध्यानं समाधिरेतानि योगाङ्गानि भवन्ति षट् ॥२॥

एकं सिद्धासनं प्रोक्तं द्वितीयं कमलासनम् ।  
 षट्चक्रं षोडशाधारं त्रिलक्ष्यं व्योमपंचकम् ॥३॥  
 स्वदेहे यो न जानाति तस्य सिद्धिः कथं भवेत् ।  
 चतुर्दलं स्यादाधारं स्वाधिष्ठानं च षडदलम् ॥४॥  
 नाभौ दशदलं पद्मं हृदयं द्वादशारकम् ।  
 षोडशारं विशुद्धाख्यं भ्रूमध्ये द्विदलं तथा ॥५॥

ॐ । योगियों की हित कामना से 'योगचूडामणि' उपनिषद् को कहता हूँ । यह कैवल्यपद और सिद्धियों का प्रदाता है और योगवेत्ताओं द्वारा सेवित ( अम्भासित ) है ॥ १ ॥ योग के छः अङ्ग कहे गये हैं—आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि । आसनों में प्रथम सिद्धासन है, दूसरा पद्मासन है । षट्चक्र, षोडश आधार और पंच आकाशों को जो अपनी देह के भीतर नहीं देखता, उसको सिद्धि कहाँ हो सकती है ? इनमें आधार चक्र (मूलाधार) चार दल वाला है, स्वाधिष्ठान में छः दल हैं, नाभि में दश दल वाला और हृदय में बारह दल वाला पद्म है, फिर सोलह पंखुड़ियों वाला विशुद्ध चक्र है और भ्रुकुटियों के मध्य दो दल का चक्र है ॥२—५॥

सहस्रदलसंख्यातं ब्रह्मरन्ध्रे महापथि ।  
 आधारं प्रथमं चक्रं स्वाधिष्ठानं द्वितीयकम् ॥६॥  
 योनिस्थानं द्वयोर्मध्ये कामरूपं निगद्यते ।  
 कामाख्यं तु गुदस्थाने पञ्चजं तु चतुर्दलम् ॥७॥  
 तन्मध्ये प्रोच्यते योनिः कामाख्या सिद्धवन्दिता ।  
 तस्य मध्ये महालिङ्गं पश्चिमाभिमुखं स्थितम् ॥८॥  
 नाभौ तु मणिवद्विम्बं यो जानाति स योगवित् ।  
 तप्तचामीकराभासं तडिल्लेखेव विस्फुरत् ॥९॥

त्रिकोणं तत्पुरं चन्हेरधोमेढ्रात्प्रतिष्ठितम् ।

समाधौ परमं ज्योतिरनन्तं विश्वतोमुखम् ॥१०॥

ब्रह्मरंध्र के महापथ में सहज दल-रुमज है । प्रथम चक्र 'आधार' है और दूसरा स्वाधिष्ठान है । यह योनि स्थान में दोनों के मध्य में स्थित है और 'कामरूप' कहा जाता है । 'काम' नाम का चार दल का कमल गुदा स्थान में है । उसके मध्य में सिद्धों द्वारा वन्दना की गई 'काम' नाम की योनि है और उसके मध्य में पश्चिम की तरफ मुख वाला महालिङ्ग स्थित है ॥६—८॥ नाभि में मणि के समान आकार वाले ( मणिपुर ) को जो जानता है, वही योगी है । तप्त सुवर्ण के समान चमक वाला, विद्युत धारा के सदृश्य सुप्रकाशित, तीन कोण युक्त बलि का स्थान मेढ़ के नीचे स्थित है । वहाँ पर समाधि में विश्वतोमुख अनन्त परमज्योति दिखाई देती है ॥६—१०॥

तस्मिन्हृष्टे महायोगे यातायातो म विद्यते ।

सवशब्देन भवेत्प्राणः स्वाधिष्ठानं तदाश्रयम् ॥११॥

स्वाधिष्ठानाश्रयादस्मान्मेढ्रमेवाभिधीयते ।

तन्तुना मणिवत्प्रोतो योऽत्र कन्दः सुपुम्नया ॥१२॥

तन्नाभिमण्डले चक्रं प्रोच्यते मणिपूरकम् ।

द्वादशारे महाचक्रे पुण्यपापविवाजिते ॥१३॥

तावज्जीवो भ्रमत्येवं यावत्तत्त्वं न विन्दति ।

ऊर्ध्वं मेढ्रादधोनाभेः कन्दयोनिः खगाण्डवत् ॥१४॥

तत्र नाड्यः समुत्पन्ना सप्तस्राणिः द्विसप्ततिः ।

तेषु नाडीसहस्रे पुद्गिसप्ततिरुदाहृता ॥१५॥

योगाभ्यास द्वारा उसे देख लेने पर आवागमन ने छुटकारा हो जाता है । प्राण को 'रव' कहा जाता है और यह स्वधिष्ठान के

आश्रय में रहता है । स्वाधिष्ठान के आश्रय में होने से उसे मेढ्र भी कहा जाता है । यही ताने में विरोध हुये मणि के समान सुषुम्ना-नाड़ी का केन्द्र है ॥१२॥ नाभि-मण्डल में रहने वाला यह चक्र मणिपूरक कहा जाता है । इस बारह दल वाले और पाप-पुण्य से रहित चक्र में जब तक जीव तत्त्वज्ञान नहीं प्राप्त कर लेता, तब तक उसे संसार में भ्रमण ही करना पड़ता है । मेढ्र से ऊपर और नाभि के नीचे वाले केन्द्र में पक्षी के अण्डे की आकार वाली योनि है । उसी स्थान से बहत्तर हजार नाड़ियाँ उत्पन्न हुई हैं, जिनमें से बहत्तर प्रधान कही गई हैं ॥१३—१५॥

प्रधानाः प्राणवाहिन्यो भूयस्तासु दश स्मृताः ।

इडा च पिंगला चैव सुषुम्ना च तृतीयगा ॥१६॥

गान्धारी हस्तिजिह्वा च पूषा चैव यशस्विनी ।

अलम्बुसा कुहूश्चैव शङ्खिनी दशमी स्मृता ॥१६॥

एतन्नाडीमहाचक्रं ज्ञातव्यं योगिभिः सदा ।

इडा वामे स्थिता भागे दक्षिणे पिङ्गला स्थिता ॥१८॥

सुषुम्ना मध्यदेशे तु गान्धारी वामचक्षुषि ।

दक्षिणे हस्तिजिह्वा च पूषा कर्णे तु दक्षिणे ॥१६॥

यशस्विनी वामकर्णे चानने चाप्यलम्बुसा ।

कुहूश्च लिङ्गदेशे तु मूलस्थाने तु शङ्खिनी ॥२०॥

इनमें से भी दश प्राण वाहिनी नाड़ियाँ मुख्य मानी गई हैं—  
इडा, पिंगला और तीसरी सुषुम्ना, गांधारी, हस्तिजिह्वा, पूषा, यशस्विनी, अलम्बुसा, कुहू और शंखिनी दशवीं है ॥१५—१७॥ नाड़ियों का यह महाचक्र योगियों के लिये सदैव ज्ञातव्य है । इनमें इडा बायीं तरफ और पिंगला दाहिनी तरफ रहती है । इन दोनों के मध्य में सुषुम्ना का स्थान है । गान्धारी बाएँ नेत्र में, हस्तिजिह्वा दाएँ नेत्र में रहती है । पूषा दाएँ कान में और यशस्विनी बाएँ कान में

रहती है । अलम्बुसा मुख में कुहू लिङ्गेन्दी में तथा शङ्खिनी मूल स्थान में है ॥ १८—२० ॥

एवं द्वारं समाश्रित्य तिष्ठन्ते नाडयः क्रमात् ।  
इडापिङ्गलसौषुम्नाः प्राणमार्गे च संस्थिताः ॥२१॥  
सततं प्राणवाहिन्यः सोमसूर्याग्निदेवताः ।  
प्राणापानसमानाख्या व्यानोदानी च वायवः ॥२२॥  
नागः कूर्मोऽथ कृकरो देवदत्तो धनंजयः ।  
हृदि प्राणः स्थिती नित्यमपानो गुदमण्डले ॥२३॥  
समानो नाभि देशे तु उदानः कण्ठमध्यगः ।  
व्यानः सर्वशरीरे तु प्रधानाः पञ्च वायवः ॥२४॥  
उद्गारे नाग आख्यातः कूर्म उन्मीलने तथा ।

कृकरः क्षुत्करो जेयो देवदत्तो विजृम्भणे ॥२५॥

इस प्रकार क्रम से शरीर के विभिन्न द्वारों में एक-एक करके समस्त नाड़ियाँ स्थित हैं और इडा, पिंगला, सुषुम्ना प्राण-मार्ग में स्थित रहती है ॥२१॥ सोम ( चन्द्र ) सूर्य और अग्नि देवता प्राण को सर्वत्र गतिमान रखते हैं । प्राण, अपान, समान व्यान, उदान, नाग, कूर्म, कृकर, देवदत्त, धनञ्जय से वायु तथा उपवायु हैं । इनमें प्राण, वायु हृदय में स्थित रहता है और अपान गुदा स्थान में । समान नाभि देश में, उदान कण्ठ में, व्यान सर्व शरीर में—ये पाँचों प्रधान वायु हैं ॥२२—२४॥ उद्गार (टकार) में नाग, उन्मीलन (पसक बन्द करना) में कूर्म, धीकने में कृकर, जंभाई लेने में देवदत्त को जानना चाहिये ॥२५॥

न जहाति मृतं वापि सर्वव्यापी धनंजय ।  
एते नाडीषु सर्वासु भ्रमन्ते जीवजन्तवः ॥२६॥  
आक्षिप्तो भुजदण्डेन ययोच्चलित बन्धुकः ।  
प्राणापानसमाक्षिप्तस्तथा जीवो न तिष्ठति ॥२७॥

प्राणापानवशो जीवो ह्यधश्चोर्ध्वं च धावति ।  
 वामदक्षिणामार्गभ्यां चञ्चलत्वान्न दृश्यते ॥२८॥  
 रज्जुबद्धो यथा श्येनो गतोऽप्याकृष्यते पुनः ।  
 गुणबद्धस्तथा जीवः प्राणापानेन कर्षति ॥२९॥  
 प्राणापानवशो जीवो ह्यधश्चोर्ध्वं च गच्छति ।  
 अपानः कर्षति प्राणं प्राणोऽपानेन कर्षति ॥  
 ऊर्ध्वधःसंस्थितावेतौ यो जानाति स योगवित् ॥३०॥

घनंजय वायु ऐसा सर्वव्यापी है कि मृत्यु के पश्चात् भी नहीं छोड़ता । इन समस्त नाड़ियों में जीव भ्रमण करता रहता है ॥२६॥ जिस प्रकार हाथ से फेंकी हुई गेंद इधर-उधर जाती रहती है, उसी प्रकार प्राण भी प्राण और अपान वायुओं के वेग से स्थिर नहीं रह पाता ॥२७॥ प्राण और वायुओं के वशीभूत होकर जीव ऊपर और नीचे दौड़ता रहता है और वाम तथा दक्षिण मार्गों से भी आता जाता है, पर गति में अधिक शीघ्रता होने से वह दिखाई नहीं देता ॥२८॥ जिस प्रकार रस्ती से बँधा हुआ श्येन (पक्षी) जाता है और पुनः खींच लिया जाता है, उसी प्रकार गुणों के बन्धन में पड़ा जीव प्राण और अपान वायुओं से खींचा जाता है ॥२९॥ प्राण और अपान की शक्ति से जीव निरन्तर ऊपर नीचे आता जाता है । अपान प्राण को खींचता है और प्राण अपान को खींचता है । जो योगवित् है वह इनके ऊपर नीचे जाने को समझता है ॥३०॥

हुकारेण बहिर्याति सकारेण विशेत्पुनः ॥३१॥  
 हंसहंसेत्यमुं मन्त्रं जीवो जपति सर्वदा ।  
 षट्शतानि दिवा रात्रौ सहस्रण्येकविंशतिः ॥३२॥  
 एतत्संख्यान्वितं मन्त्रं जीवो जपति सर्वदा ।

अजपा नाम गायत्री योगिनां मोक्षदा सदा ॥३३॥

अस्याः संकल्पमात्रेण सर्वपापैः प्रमुच्यते ।

अनया सदृशी विद्या अनया सदृशो जयः ॥३४॥

अनया सदृशं ज्ञानं न भूतं न भविष्यति ।

कुण्डलिन्यां समुद्भूता गायत्री प्राणधारिणी ॥

प्राणविद्या महाविद्या यस्तां वेत्ति स वेदवित् ॥३५॥

यह जीव ( प्राणवायु ) 'ह'कार ध्वनि से बाहर जाता है और 'स'कार ध्वनि से भीतर जाता है और इस प्रकार वह सदैव 'हस-हस' मन्त्र का जप करता रहता है ॥ ३१ ॥ इस तरह एक दिन रात्रि में जीव इक्कीस हजार छः सौ मन्त्र सदैव जपता है ॥ ३२ ॥ इसका नाम 'अजपा गायत्री' है, जो योगियों के लिए मोक्ष-प्रदायक है, इसके संकल्पमात्र से सब पापों से छुटकारा मिल जाता है ॥ ३३ ॥ न इसके समान कोई विद्या है, न इसके समान कोई जप है और न इसके समान कोई ज्ञान भूत या भविष्यत काल में हो सकता है ॥ ३४ ॥ कुण्डलिनी में उत्पन्न हुई यह गायत्री प्राण-धारिणी प्राणविद्या और महाविद्या है, जो इसको जानता है यही वेदज्ञ है ॥ ३५ ॥

कन्दोर्ध्वं कुण्डलीशक्तिरष्टधा कुण्डलाकृतिः ॥३६॥

ब्रह्मद्वारमुख नित्यं मुखेनाच्छाद्य तिष्ठति ।

येन द्वारेण गन्तव्यं ब्रह्मद्वारमनामवम् ॥३७॥

मुखेनाच्छाद्य तद्द्वारं प्रसुप्ता परमेश्वरी ।

प्रबुद्धा बन्धियोगेन मनसा मरुता सह ॥३८॥

सूचीवद्गात्रमादाय व्रजत्यूर्ध्वं मुपुम्नया ।

उद्धाटयेत्कवाटं तु यथा कुञ्चिकया गृहम् ।

कुण्डलिन्या तथा योगी मोक्षद्वारं प्रभेदयेत् ॥३९॥



कृत्वा संपुटितौ करौ दृढतरं बद्ध्वाऽथ पद्मासनं  
गाढं वक्षसि संनिधाय चुबुकं ध्यानं च तच्चेष्टितम् ।  
वारंवारमपानमूर्ध्वमनिलं प्रोच्चरयेत्पूरितं  
मुञ्चन्प्राणमुपैति बोधमतुलं शक्तिप्रभावान्नरः ॥४०॥

कन्द के ऊर्ध्वभाग में कुण्डलिनी शक्ति आठ कुण्डलों में व्याप्त है और वह वहीं पर ब्रह्मद्वार को ढककर सदैव स्थित रहती है ॥ ३६ ॥ जिस ब्रह्मद्वार से निष्पाप होकर जाना पड़ता है, उसी द्वार को मुख से ढककर यह परमेश्वरी शक्ति सोई हुई है ॥ ३७ ॥ बन्धियोग से जाग्रत होकर मन और प्राण सहित वह सुषुम्ना में होकर सुई के समान ऊपर की ओर चलती है ॥ ३८ ॥ जैसे घर के द्वार को कुञ्जी द्वार खोलते हैं, उसी प्रकार योगी कुण्डलिनी शक्ति द्वारा मोक्ष के द्वार का भेदन करे ॥ ३९ ॥ हाथों को संपुटित करके, पद्मासन को दृढ़तापूर्वक लगाकर, ठोड़ी को छाती पर लगाकर, ब्रह्म का ध्यान करते हुए बारम्बार वायु को ऊपर खींचे और फिर बाहर निकाल दे । इस प्रकार करने से मनुष्य को विशेष शक्ति का अनुभव होता है ॥४०॥

अंगानां मर्दनं कृत्वा श्रमसंजातवारिणा ।  
कट्वम्ललवणत्यागी क्षीरभोजनमाचरेत् ॥४१॥  
ब्रह्मचारी मिताहारी योगी योगपरायणः ।  
अन्दादूर्ध्वं भवेत्सिद्धो नात्र कार्या विचारणा ॥४२॥  
मुस्निग्धमधुराहारश्रुतार्थां शावशेषितः ।  
भुञ्जते शिव संप्रीत्या मिताहारी स उच्यते ॥४३॥  
कन्दोर्ध्वं कुण्डलीशक्तिरष्टधा कुण्डलाकृतिः ।  
बन्धनाय च मूढानां योगिनां मोक्षदा सदा ॥४४॥

महामुद्रा नभोमुद्रा ओड्याणं च जलन्धरम् ।

मूलबन्धं च यो वेत्ति स योगी मुक्तिभाजनम् ॥४५॥

इस अम्यास में थम होने से जो पसीना निकले उसको धारी में ही मर्दन कर लेना चाहिये, भोजन में कटु, खट्टे, नमकीन पदार्थों का त्याग करके दूध का आहार विशेष रूप से करना उचित है ॥४१॥ जो योगी ब्रह्मचारी, मिताहार करने वाला और योग-परायण होगा, वह एक वर्ष में सिद्धि प्राप्त कर सकेगा इसमें सन्देह नहीं ॥४२॥ उसे स्निग्ध और मधुर आहार करना चाहिये और उदर का चौथाई भाग खाली रखना चाहिये । जो भगवान का ध्यान रखते हुये भोजन करता है वह मिताहारी कहा जाता है ॥४३॥ कन्द के उर्ध्वभाग में जो छठ कुण्डलों युक्त कुण्डलिनी शक्ति है वह मूढ जनों के लिये बन्धन रूप और योगियों के लिए सदैव मोक्ष प्रदायिका है ॥४४॥ जो योगी महा मुद्रा, नभोमुद्रा, उड्डियाण, जलन्धर-बन्ध और मूलबन्ध को जानता है वह मुक्तिभाजन होता है ॥४५॥

पाणिघातेन संपीड्य योनिमाकुञ्चयेद्दृढम् ।

अपानमूर्ध्वं माकृष्य मूलबन्धो यमच्यते ॥४६॥

अपानप्राणयोरैव यं क्षयान्मूत्रपुरीषयोः ।

ध्रुवा भवति बृद्धोऽपि सततं मूलबन्धनात् ॥४७॥

ओड्याणं कुस्ते यस्मादविश्रान्तं महाखगः ।

ओड्ड्याणं तदेव स्यान्मृत्युमातङ्गकेसरी ॥४८॥

उदरात्पश्चिमं ताणमधोनाभिनिगद्यते ।

ओड्याणमुदरे बन्धस्तत्र बन्धो विधीयते ॥४९॥

बध्नाति हि शिरोजातमधोगामि नभोजलम् ।

ततो जालन्धरो बन्धः कण्ठद्वयौघनाशनः ॥५०॥

ऐड़ी से दृढ़तापूर्वक दबाकर योनि स्थान को दृढ़ रूप से संकुचित करे तथा अपान वायु को ऊपर की तरफ आकर्षित करे तो यह भूलबन्ध कहलाता है ॥४६॥ इससे अपान और प्राण-वायु एक हो जाते हैं और मूत्र तथा मल घट जाता है । जो व्यक्ति सदैव इस बन्ध का अभ्यास करता है वह वृद्ध होने पर भी युवा हो जाता है ॥४७॥ जिस प्रकार एक महापक्षी विश्रान्ति के लिए उड्डियान करता है, उसी प्रकार उड्डियान अभ्यास मृत्यु रूपी हाथी के लिये सिंह के समान ही है ॥४८॥ उदर से नाभि के नीचे तानना पश्चिमतान कहा जाता है । उड्डियान बन्ध भी उदर में होता है और इसको वहीं किया जाता है ॥४९॥ जो नीचे की तरफ जाने वाले आकाश और जलतत्त्व को शिर में ही स्थिर रखता है, ऐसा जालन्धर बंध दुःख और कष्ट समूह का नाश करने वाला है ॥५०॥

जालन्धरे कृते बन्धे कण्ठ दुःखौघनाशने ।  
 न पीयूषं पतत्यग्नौ न च वायुः प्रधावति ॥५१॥  
 कपालकुहरे जिह्वा प्रविष्टा विपरीतगा ।  
 भ्रूवोरन्तर्गता दृष्टिर्मुद्रा भवति खेचरी ॥५२॥  
 न रोगो मरणं तस्य न निद्रा न क्षुधा तृषा ।  
 न च मूर्छा भवेत्तस्य यो मुद्रां वेत्ति खेचरीम् ॥५३॥  
 पीड्यते न च रोगेण लिप्यते न स कमभिः ।  
 वध्यते न च केनापि यो मुद्रां वेत्ति खेचरीम् ॥५४॥  
 चितं चरति खे यस्माज्जिह्वा चरति खे यतः ।  
 तेनेयं खेचरी मुद्रा सर्वसिद्धनमस्कृता ॥५५॥

जालन्धर बन्ध के करने में जो कंठ का संकोचन किया जाता , उससे अमृत अग्नि में नहीं पड़ता और वायु भी नहीं दौड़ता अर्थात् स्थिर हो जाता है ) ॥५१॥ जिह्वा को लौटकर कपाल

कुहर में प्रविष्ट करने और दोनों भीहों के बीच दृष्टि स्थिर करने से खेचरी मुद्रा होती है ॥५२॥ इसका साधन करने से न रोग, न मरण न भूख और न क्षुधा का भय रहता है । जो खेचरी मुद्रा को जानता है उसे मूर्छा भी नहीं होती ॥५३॥ वह रोग से कभी पीड़ित नहीं होता और न कर्मों में लिप्त होता है । जो खेचरी को जानता है उसे कोई बाधा नहीं पहुँचा सकता ॥५४॥ जिस खेचरी मुद्रा के साधन से चित्त आकाश में विचरण करता है और जिह्वा भी आकाश में विचरण करती है, उसको तिष्ठ नमस्कार करते हैं ॥५५॥

विन्दुमूलशरीराणि सिरा यथ प्रतिष्ठिताः ।

भावयन्ति शरीराणि आपादत्तलमस्तकम् ॥५६॥

खेचर्या मुद्रितं येन विवरं लम्बिकोर्ध्वतः ।

न तस्य क्षीयते विन्दुः कामिन्यालिङ्गितस्य च ॥५७॥

यावद्विन्दुः स्थितो देहे तावन्मृत्युभयं कुतः ।

यावद्वद्धा नभोमुद्रा तावद्विन्दुर्न गच्छति ॥५८॥

ज्वलितोऽपि यथा विन्दुः संप्राप्तश्च होताशनम् ।

अजत्यूह्यं गतः शक्त्या निरुद्धो योनिमुद्रया ॥५९॥

स पुनर्द्विविधो विन्दुः पाण्डुरो लोहितस्तथा ।

पाण्डुरं शुक्लमित्याहुर्लोहिताख्यं महारजः ॥६०॥

पैर से लेकर फिर तक के समस्त अङ्गों का पोषण करने वाली गिराजों का आधार विन्दु है ॥५६॥ जिनसे खेचरी मुद्रा द्वारा जिह्वा के ऊपर विवर (कपाल कुहर) को बन्दकर लिया है, उसका विन्दु (पीप) फिर किसी तरह नष्ट नहीं हो सकता, रमणी के आनिमन का भी उस पर प्रभाव नहीं पड़ता ॥५७॥ जब तक देह में पीप स्थित है तब तक मृत्यु का क्या भय है ? और जब तक खेचरी मुद्रा दीर्घा हुई है तब तक विन्दु नहीं जाता ॥५८॥ यदि विन्दु निकनकर अग्निस्थ की प्राप्ति हो

जाए, तो भी योनि मुद्रा द्वारा शक्तिपूर्वक उसे रोक कर ऊर्ध्वगामी किया जा सकता है ॥५६॥ यह बिन्दु दो प्रकार का होता है, एक सफेद और दूसरा लाल, सफेद का नाम शुक्ल और लाल का नाम महारज कहा जाता है ॥६०॥

सिन्दूरव्रातसंकाशं रविस्थानस्थितं रजः ।  
 शशिस्थानस्थितं शुक्लं तयोरेकं सुदुर्लभम् ॥६१॥  
 बिन्दुर्ब्रह्मा रजः शक्तिर्बिन्दुरिन्दू रजो रविः ।  
 उभयोः सङ्गमादेव प्राप्यते परमं पदम् ॥६२॥  
 वायुना शक्तिचालेन प्रेरितं च यथा रजः ।  
 याति बिन्दुः सदैकत्वं भवेद्विद्वयवपुस्तदा ॥६३॥  
 शुक्लं चन्द्रेण संयुक्तं रजः सूर्यसमन्वितम् ।  
 तयोः समरसैकत्वं यो जानाति स योगवित् ॥६४॥  
 शोधनं नाडिजालस्य चालमं चन्द्रसूर्ययोः ।  
 रसानां शोषणं चैव महामुद्राऽभिधीयते ॥६५॥

रज का स्थान सिन्दूर के समान चमकने वाला रवि-स्थान है और शुक्ल का चन्द्र स्थान है, इन दोनों का संयोग होना बड़ा कठिन होता है ॥६१॥ बिन्दु ब्रह्मा है और रज शक्ति है, बिन्दु चन्द्रमा रूप है तथा रज सूर्य रूप है इन दोनों के संगम से परम पद की प्राप्ति होती है ॥६२॥ अब वायु द्वारा चालित रज बिन्दु से मिलकर एक हो जाता है तब देह दिव्य हो जाती है ॥६३॥ शुक्ल चन्द्र से और रज सूर्य से संयुक्त है, जो इनकी एकता को, विषय को समझता है वह योग को जानने वाला है ॥ ६४ ॥ अब महामुद्रा को बतलाते हैं, जिससे नाड़ी जाल का शोधन, चन्द्र सूर्य का चलाना और रस का सुखाना होता है ॥ ६५ ॥

वक्षोन्यस्तहनुः प्रपीड्य सुचिरं योनिं च वामाङ्घ्रिणा  
हस्ताभ्यामनुघातयन्प्रसरितं पादं तथा दक्षिणम् ।  
आपूर्य श्वसनेन कुक्षियुगलं बद्ध्वा शनै रचये—  
देतद्व्याधिविनाशिनी सुमहती मुद्रा नृणां प्रोच्यते ॥६६॥  
चन्द्रांसेन समभ्यस्य सूर्याशेनाभ्यसेत्पुनः ।  
या तुल्या तु भवेत्संख्या ततो मुद्रां विसर्जयेत् ॥६७॥  
नहि पथ्यमपथ्यं वा रसा सर्वेऽपि नीरसाः ।  
अतिभुक्तं विषं घोरं पीयूषमिव जीर्यते ॥६८॥  
क्षयकुष्ठगुदावर्तगुल्माजीर्णपुरोगमाः ।  
तस्य रोगाः क्षयं यान्ति महामुद्रां तु योऽभ्यसेत् ॥६९॥  
कथितेयं महामुद्रा महासिद्धिकरी नृणाम् ।  
गोपनीया प्रयत्नेन न देया यस्य कस्यचित् ॥७०॥

ठोड़ी को छाती पर रखकर, बाँये पैर से योनि स्थान को देर तक दबाकर, दाँये पैर को सीधा फैला दोनों हाथों से भली प्रकार पकड़े । तब दोनों कुक्षियों ( बगलों ) में दबास भरे और फिर घीरे-घीरे उसका रेचन करे, यह सब प्रकार की व्याधियों को नष्ट करने वाली महामुद्रा कही जाती है ॥ ६६ ॥ पहले चन्द्र अंश ( बाँयी नासिका ) से अभ्यास करे फिर सूर्य अंश ( दाँयी नासिका ) से अभ्यास करे । जब दोनों की संख्या समान हो जाय तब अभ्यास का चन्द्र करदे ॥ ६७ ॥ इस मुद्रा के प्रभाव से पथ्य-अपथ्य ही नहीं, नव प्रकार का नीरस भोजन भी रसयान बन जाता है, अधिक खाया हुआ और तीव्र विष भी अमृत के समान बन जाता है ॥ ६८ ॥ क्षय, फोड़, गुदावर्त ( भगन्दर ) गुन्न, अजीर्ण और आगे होने वाले समस्त रोग महामुद्रा से अभ्यास से गमन हो गते हैं ॥ ६९ ॥ मनुष्यों को महासिद्धि देने वाली जो यह महामुद्रा यहाँ बताई गई है,

इसको प्रयत्नपूर्वक गुप्त रखना चाहिये, चाहे जिस किसी को न बतलाना चाहिये ॥ ७० ॥

पद्मासनं समारुह्य समकायशिरोधरः ।

नासाग्रदृष्टिरेकान्ते जपेदोकारमव्ययम् ॥७१

ॐ नित्यं शुद्धं बुद्धं निर्विकल्पं निरञ्जनं निराख्यातमना-  
दिनिधनमेकं तुरीयं यद्भूतं भवद्भवविष्यत् परिवर्तमानं सर्वदा-  
ऽनवच्छिन्नं परं ब्रह्म । तस्माज्जाता परा शक्तिः स्वयं ज्योति-  
रात्मिका । आत्मन आकाशः संभूतः । आकाशाद्वायुः । वायो-  
रग्निः । अग्नेरापः । अपश्च पृथिवी । तेषां पञ्चभूतानां पतयः  
पञ्च सदाशिवेश्वररुद्रविष्णुब्रह्माणश्चेति । तेषां ब्रह्मविष्णुरुद्रा-  
श्चोत्पत्तिस्थितिलयकर्तारः । राजसो ब्रह्मा सात्त्विको विष्णु-  
स्तामसो रुद्र इति । एते त्रयो गुणयुक्ताः । ब्रह्मा देवानां प्रथमः  
संवभूव । धाता च सृष्टी विष्णुश्च स्थितौ रुद्रश्च नाशे भोगाय  
चेन्द्रः प्रथमजा वभूवुः । एतेषां ब्रह्माणो लोका देवतित्यङ्ग-  
स्थावराश्च जायन्ते । तेषां मनुष्यादीनां पञ्चभूतसमवायः  
शरीरम् । ज्ञानकर्मेन्द्रियैर्ज्ञानविषयैः प्राणादिपञ्चवायुमनोबुद्धि-  
चित्ताहङ्कारैः स्थूलकल्पितैः सोऽपि स्थूलप्रकृतिरित्युच्यते ।  
ज्ञानकर्मेन्द्रियैर्ज्ञानविषयैः प्रणादिपञ्चवायुमनोबुद्धिभिश्च सूक्ष्म-  
स्थोऽपि लिङ्गमेवेत्युच्यते । गुणत्रययुक्तं कारणम् । सर्वेषां मेवं  
बीणि शरीराणि वर्तन्ते । जाग्रत्स्वप्नसुषुप्तितुरीयाश्चेत्य  
वस्थाश्चतस्रः । तासामवस्थानामधिपतयश्चत्वारः पुरुषा विश्व-  
तैजसप्राज्ञात्मानश्चेति ॥

विश्वो हि स्थूलभुङ् नित्यं तैजसः प्रविविक्तभुक् ।

आतन्द्रभुक्तथा प्राज्ञः सर्वसाक्षीत्यतः परः ॥७२

एकान्त स्थान में पद्मासन लगाकर, सीधा बैठकर, शरीर और  
शिर को सीधा रखकर, नासिका के अग्र भाग पर दृष्टि जमाकर अव्यय

ओंकार का जप करना चाहिये ॥ ७१ ॥ ॐ नित्य, शुद्ध, बुद्ध, निर्विकल्प, निरञ्जन, नाम रहित, अनादि, मृत्यु स्वरूप, एक तुरीय, भूत, भविष्य-वर्तमान में अविच्छिन्न रहने वाला जो परब्रह्मा है, उसी से स्वयं-ज्योति रूप पराशक्ति उत्पन्न हुई है। आत्मा से आकाश की उत्पत्ति हुई। आकाश से वायु, वायु से अग्नि, अग्नि से जल, जल से पृथिवी की उत्पत्ति हुई। इन पञ्च महाभूतों के पांच प्रति ( स्यामी ) सदाशिव, ईश्वर, रुद्र, विष्णु और ब्रह्मा हैं। इनमें से ब्रह्मा उत्पत्ति, विष्णु रिपति और रुद्र प्रलय के करने वाले हैं। ब्रह्मा रजोगुण युक्त, विष्णु सत्तोगुण वाले और रुद्र तमोगुण वाले हैं। ब्रह्मा देवताओं से प्रथम उत्पन्न हुए। ब्रह्मा सृष्टि रचने के लिये, विष्णु सृष्टि का पालन करने के लिये, रुद्र नाश करने के लिये और चन्द्रमा भोगों के लिये सबसे पहले दृश्ये। इनमें से ब्रह्मा से लोक, देव, तिर्यक, नर और स्यावर की उत्पत्ति होती है। इनमें से मनुष्यों का शरीर पञ्चभूत से मिलकर बनता है। ज्ञानेन्द्रिय, कर्मेन्द्रिय, ज्ञान, विषय प्राण आदि पञ्च यायु, मन, बुद्धि, चित्त, अहङ्कार—ये सब स्थूल रूप में कल्पे दृश्ये हैं और यह शरीर भी स्थूल प्रकृति का ही कहा जाता है। ये ही ज्ञानेन्द्रिय, कर्मेन्द्रिय, ज्ञान, विषय, पञ्च यायु, मन, बुद्धि, सूक्ष्म रूप में 'निग' कहे जाते हैं। तीन गुणों से युक्त कारण है। इससे सबके तीन शरीर होते हैं। चार अवस्थाएँ जाग्रत, स्वप्न, सुषुप्ति और तुरीय हैं, जिनके अधिपति विद्य, तैजस, प्राज्ञ और आत्मा में चार पुरुष होते हैं। स्थूल का भोग्या विद्य है, एवान्त का भोग्या तैजस है, आनन्द का भोग्या प्राज्ञ है और 'पर' सबका साक्षी रूप है ॥ ७२ ॥

प्रणवः सर्वदा तिष्ठेत्सर्वजीवेषु भोगतः ।

अभिरामस्तु सर्वासु शिवस्यासु ह्यग्रेमुखः ॥७३॥

अकार उकारो मकारश्चेति त्रयो वर्णास्त्रयो वेदाश्चतस्रो



लोकास्त्रयो गुणास्त्रयोऽक्षराणि एवं प्रणवः प्रकाशते ।

अकारो जाग्रति नेत्रे वर्तते सर्वजन्तुषु ।

उकारः कण्ठतः स्वप्ने मकारो हृदि सुप्तिः ॥७४

विराड्विश्वः स्थूलश्चाकारः । हिरण्यगर्भस्तैजसः सूक्ष्मश्च

उकारः । कारणाव्याकृतप्ताज्ञश्च मकारः ।

अकारो राजसो रक्तो ब्रह्मा चेतन उच्यते ।

उकारः सात्त्विकः शुक्लो विष्णुरित्यभिधीयते ॥७५

मकारस्तामसः कृष्णो पुद्गलश्चेति तथोच्यते ।

प्रणवात्प्रभवो ब्रह्मा प्रणवात्प्रभवो हरिः ॥७६

प्रणवात्प्रभवो रुद्रः प्रणवो हि परो भवेत् ।

अकारे लीयते ब्रह्मा उकारे लीयते हरिः ॥७७

मकारे लीयते रुद्रः प्रणवो हि प्रकाशते ।

ज्ञानिनामूर्ध्वगो भूयादज्ञानीनामधोमुखः ॥७८

एवं वै प्रणवस्तिष्ठेद्यस्तं वेद स वेदवित् ।

अनाहतस्वरूपेण ज्ञानिनामूर्ध्वगो भवेत् ॥७९

तैलधारामिवान्छिन्नं दीर्घघण्टानिनादवत् ।

प्रणवस्य ध्वनिस्तद्वत्तादप्रं ब्रह्मा चोच्यते । ८०

वह ( पर-तत्त्व ) सब जीवों के भोग काल में प्रथक रूप से रहता है और सब अवस्थाओं में अधोमुख रहकर आनन्द रूप है ॥ ७३ ॥ 'अ'कार 'उ'कार और 'म'कार ये तीन, तीन वर्ण, तीन वेद, तीन लोक, तीन गुण, तीन अक्षर, तीन स्वर—ये सब प्रणव द्वारा प्रकाशित होते हैं । सर्व जीवों में जाग्रत अवस्था में 'अ'कार नेत्रों में रहता है, स्वप्नावस्था में 'उ'कार कण्ठ में रहता है और सुषुप्ति अवस्था में 'म'कार हृदय में रहता है ॥ ७४ ॥ 'अ'कार स्थूल, विराट और विश्व है, 'उ'कार हिरण्यगर्भ, तैजस और सूक्ष्म है और 'म'कार कारण, अव्याकृत और

प्राज्ञ है । 'अ'कार राजस, रक्तवर्ण और ब्रह्मा कहा जाता है । 'उ'कार सात्विक, शुक्लवर्ण और विष्णु कहा जाता है, तथा 'म'कार को तामस, कृष्ण वर्ण और रुद्र के नाम से पुकारा जाता है । इस प्रकार प्रणव से ही ब्रह्मा की उत्पत्ति है, प्रणव में ही विष्णु की उत्पत्ति है और प्रणव से ही रुद्र उत्पन्न हुआ है । प्रणव ही परात्तत्त्व है । ब्रह्मा 'अ'कार में लय हो जाते हैं, 'उ'कार में विष्णु का लय होता है और 'म'कार में रुद्र लय होते हैं, केवल प्रणव ही प्रकाशित ( स्थिर ) रहता है । वह ज्ञानी में ऊर्ध्वमुख होता है और अज्ञानी में अधोमुख होता है । इस प्रकार प्रणव ही निश्चय रूप से स्थित है और उसको जानने वाला ही वेदवित् कहा जाता है । वह अनाहत रूप से ज्ञानियों में ऊर्ध्वगति होता है ॥ ७५—७६ ॥ प्रणव की यह अनाहत ध्वनि तेल की अवच्छिन्न धार और घण्टा के दीर्घ निनाद ( शब्द ) के समान होती है और अग्रभाग ही ब्रह्मा कहा जाता है ॥ ८० ॥

ज्योतिर्मयं तदग्रं स्यादवाच्यं बुद्धिसूक्ष्मतः ।  
ददृशुर्ये महात्मानो यस्तं वेद स वेदवित् ॥८१॥  
जाग्रन्नेत्रद्वयोर्मध्ये हंस एव प्रकाशते ।  
सकारः खेचरी प्रोक्तस्त्वपदं चेति निश्चितम् ॥८२॥  
हकारः परमेशः स्यात्तत्पदं चेति निश्चितम् ।  
सकारो ध्यायते जन्तुर्हकारो हि भवेद्द्रवम् ॥८३॥  
इन्द्रियवन्ध्यते जीव आत्मा चैव न वध्यते ।  
ममत्वेन भवेज्जीवो निर्ममत्वेन केवलः ॥८४॥  
भूर्भुवः स्वरिमे लोकाः सोमसूर्याग्निदेवताः ।  
यस्य मात्रास्तु तिष्ठन्ति तत्परं ज्योतिरोगति ॥८५॥

यह अग्रभाग ( शरीर ) ज्योतिर्मय और वाणी में परे है, महा-पुरुष उसे सूक्ष्म बुद्धि द्वारा देखते हैं, उनका जानने वाला ही वेदवित्

है ॥ ८१ ॥ जाग्रत अवस्था में दोनों नेत्रों के मध्य हंस प्रकाशित होता है । इसमें 'स'कार खेचरी रूप है और वह निश्चित रूप से 'त्वं' का पद है । 'ह'कार परमेश्वर का पद है और उससे निश्चित रूप से तत् प्रकट होता है । जो जीव 'स'कार का ध्यान करता है वह निश्चित रूप से 'ह'कार ईश्वर ) हो जाता है ॥ ८२—८३ ॥ इन्द्रियाँ जीव को बन्धन में डालती हैं, वे आत्मा को नहीं बाँध सकतीं । भ्रमता होने में जीव रहता है और भ्रमता के छूट जाने पर कैवल्य स्वरूप हो जाता है ॥ ८४ ॥ भूलोक, भुवःलोक और स्वर्लोक तथा चन्द्र, सूर्य और अग्नि देवता परम ज्योति स्वरूप ॐकार की मात्राओं में ही स्थित रहते हैं ॥ ८५ ॥

इच्छा क्रिया तथा ज्ञानं ब्राह्मो रौद्री च वैष्णवी ।

विधा मात्रा स्थितिर्यत्र तत्परं ज्योतिरोमति ॥८६

वचसा तज्जपेन्नित्यं वपुषा तत्समभ्यसेत् ।

मनसा तज्जपेन्नित्यं तत्परं ज्योतिरोमति ॥८७

शुचिर्वाऽप्यशुचिर्वाऽपि यो जपेत्प्रणवं सदा ।

न स लिप्यति पापेन पद्मपत्रमिवाम्भसा ॥८८

चले वाते चलो बिन्दुर्निश्चले भवेत् ।

योगी स्थाणुत्वमाप्नोति ततो वायुं निरुन्धयेत् ॥८९

यावद्वायुः स्थितो देहे तावज्जीवो न मुञ्चति ।

मरणं तस्य निष्क्रान्तिस्ततो वायुं निरुन्धयेत् ॥९०

क्रिया, इच्छा और ज्ञान ये तीन शक्तियाँ, ब्राह्मी, रौद्री और वैष्णवी ये तीन मात्राएँ परम ज्योति रूप ॐकार में स्थित हैं ॥ ८६ ॥ उसे वाणी से सदैव जपे शरीर से सदैव उसका अभ्यास ( आचरण ) करे, मन से उसका सदैव जप करे, वही परम ज्योति स्वरूप ॐकार है ॥ ८७ ॥ शुद्ध अथवा अशुद्ध अवस्था में भी जो सदैव ॐकार का जाप करता करता है, वह पाप में लिप्त नहीं

होता और संसार में कमल पत्रवत् रहता है ॥८८॥ वायु के चलित होने पर बिन्दु भी चलित होता है और वायु के निश्चल रहने पर वह भी स्थिर रहता है । बिन्दु की स्थिरता से योगी निश्चल होता है इस लिये वायु का निरोध करना ॥८९॥ जब तक देह में वायु स्थित है जब तक जीव उसे नहीं छोड़ सकता । वायु का निकल जाना ही मृत्यु है, इसलिये वायु का निरोध करे ॥९०॥

यावद्वद्वो मरुत् देहे तावज्जीवो न मुञ्चति ।  
 यावद्दृष्टिभ्रुवोर्मध्ये तावत्कालमय कुतः ॥९१॥  
 अल्पकालमयाद्ब्रह्मा प्राणायामपरो भवेत् ।  
 योगिनो मुनयश्चैव ततः प्राणान्निरोधयेत् ॥९२॥  
 पर्द्धविशदङ् गुलीर्हृषः प्रायाणं कुरुते वहिः ।  
 वामदक्षिणमार्गेण घूणायामो विधीयते ॥९३॥  
 शुद्धिमेति यदा सर्वं नाडीचक्रं मलाकुलम् ।  
 तदेव जायते योगी प्राणसंग्रहणक्षमः ॥९४॥  
 वद्धपद्यासनो योगी प्राणं चन्द्रेण पूरयेत् ।  
 धारयेद्वा पथाशक्त्या भूयः सूर्येण रेचयेत् ॥९५॥

जब तक वेह में वायु स्थिर है तब तक जीव नहीं छूट सकता । जब तक दोनों भौंहों के बीच में दृष्टि स्थिर है तब तक काल का भय कहाँ ? ॥९१॥ काल से बचने के लिये ब्रह्मा भी प्राणायाम परायण होते हैं, इसलिये योगियों और मुनियों को चाहिये कि प्राण के निरोध का अभ्यास करें ॥९२॥ हंम (स्वास) छातीत अंगुन बाहर जाता है । बायें और दाहिने मार्ग से प्राणायाम किया जाता है ॥९३॥ जब नाडीचक्र सब प्रकार के मलों से मुक्त हो जाता है, तब योगी प्राणों के निरोध में समर्थ होता है ॥ ९४ ॥ योगी को नद्ध पद्यासन लगाकर पद्म (दायी नासिका) से वायु को पीचता

और उसे यथाशक्ति भीतर रोककर सूर्य (दाहिनी नासिका) से बाहर निकालना ॥६५॥

अमृतोदधिसंकाशं गोक्षीरघवल्लोपमम् ।  
 ध्यात्वा चन्द्रमसं बिम्बं प्रणायामे सुखी भवेत् ॥६६॥  
 स्फुरत्प्रज्वलसज्ज्वालापूज्यमादित्यमण्डलम् ।  
 ध्यात्वा हृदि स्थितं योगी प्राणायामे सुखी भवेत् ॥६७॥  
 प्राणं चेदिडया पिबेन्नियमितं भूयोऽन्यथा रेचयेत् ।  
 पीत्वा पिङ्गया समीरणमथो वद्ध्वा त्यजेद्दामया ।  
 सूर्याचन्द्रमसोरनेन विधिना बिन्दुद्वयं ध्यायतः  
 शुद्धा न डिगणा भवन्ति यमिनो मासद्वयाद्दूर्ध्वतः ॥६८॥  
 यथेष्ट धारणं वायोरनलस्य प्रदीपनम् ।  
 नादाभिव्यक्तिरोग्यं जायते नाडिशोधनात् ॥६९॥  
 प्राणो देहस्थितो यावदपानं तु निरुद्ध्येत् ।  
 एकाश्रसमयी मात्रा ऊर्वाधो गगने स्थितिः ॥१००॥

अमृत के समुद्र के समान, गौ के दूध के सदृश घवल चन्द्रमा

के बिम्ब का ध्यान करता हुआ प्राणायाम करे ॥ ६६ ॥ फिर प्रज्वलित ज्वाला के समान हृदय में स्थित सूर्य भगवान का ध्यान करते हुये प्राणायाम करे ॥ ६७ ॥ पहले इडा (बायीं) नाड़ी से श्वास लेकर पिङ्गला दाहिनी से रेचक करे, फिर पिङ्गला से श्वास लेकर इडा से बाहर निकाल दे। इस प्रकार सूर्य और चन्द्र दोनों बिन्दुओं का ध्यान (अभ्यास) करने से दो मास में नाड़ी शुद्ध हो जाती है ॥ ६८ ॥ वायु का यथेष्ट धारण करना, जठराग्नि का प्रदीप्त होना, नाद का सुनाई पड़ना, आरोग्य—ये सब नाड़ी शोधन से प्राप्त होते हैं ॥६९॥ जब तक देह में प्राणवायु स्थित है तब तक अपान को रोके। एक श्वास वाली मात्रा हृदयाकाश में ऊपर और नीचे गतिमान होती है ॥१००॥

रेचक, पूरकश्चैव कुम्भकः प्रणवात्मकः ।  
 प्राणायामो भवेदेवं मात्राद्वादशसंयुक्तः ॥१०१॥  
 मात्राद्वादशसंयुक्तो निशाकरदिवाकरी ।  
 दोषाजालमवध्नन्ती ज्ञातव्यी योगिभि सदा ॥१०२॥  
 पूरकं द्वादशं कुर्यात्कुम्भकं षोडशं भवेत् ।  
 रेचकं दश चोकारः प्राणायामः स उच्यते ॥१०३॥  
 प्रथमे द्वादशा मात्रा मध्यमे द्विगुणा मता ।  
 उत्तमे त्रिगुणा प्रोक्ता प्राणायामस्य निर्णयः ॥१०४॥  
 अधमे स्वेदजननं कम्पो भवति मध्यमे ।  
 उत्तमे स्थानमाप्नोति ततो वायुं निरुध्ययेत् ॥१०५॥

रेचक, पूरक और कुम्भक ये प्रणव स्वरूप हैं, इस प्रकार का प्राणायाम द्वादश मात्रा में करना ॥ १०१ ॥ यह द्वादश मात्रा संयुक्त सूर्य और चन्द्र का प्राणायाम समस्त दोषों का नाश करने वाला है ॥ १०२ ॥ बारह मात्रा का पूरक करके सोलह मात्रा का कुम्भक करना चाहिए तब फिर दस मात्रा रेचक करना—यह ओंकार प्राणायाम कहा जाता है ॥ १०३ ॥ द्वादश मात्रा का प्राणायाम हलका है, इससे दुगुनी मात्रा वाला मध्यम है और त्रिगुनी मात्रा वाला उत्तम कहा जाता है ॥ १०४ ॥ हलके प्राणायाम से पसीना आता है, मध्यम से कम्पन उत्पन्न होता है, उत्तम में आसन से उठता जान पड़ता है, इस प्रकार वायु का निरोध करना चाहिये ॥ १०५ ॥

बद्धपद्मासनो योगी नमस्कृत्य गुरुं शिवम्,  
 नासाग्रदृष्टिरेकाकी प्राणायामं समन्यसेत् ॥१०६॥  
 द्वाराणां नव संनिरुध्य मरुतं बद्ध्वा दृढां धारणां  
 नोत्था कालमपानवसिद्धिहृतं शक्त्या नमं चानितम् ।

आत्मध्यानयुतस्त्वनेन विधिना विन्यस्य मूर्ध्नि स्थिरं ।

यावत्तिष्ठति तावदेव महत्तां संगो न संस्तूयते ॥१०७॥

प्राणायामो भवेदेवं पातकेन्धनपावकः ।

भवोदधिमहासेतुः प्रोच्यते योगिभिः सदा ॥१०८॥

आसनेन रुजं हन्ति प्राणायामेन पातकम् ।

विकारं मानसं योगी प्रत्याहारेण मुञ्चति ॥१०९॥

धारणाभिर्मनोधैर्यं याति चैतन्यमद्भुतम् ।

समाधौ मोक्षमाप्नोति त्यक्त्वा कर्म शुभाशुभम् ॥११०॥

बद्ध पद्मासन पर बैठकर शिवरूपी गुरु को नमस्कार करना चाहिये फिर नासाग्र पर दृष्टि रखकर एकाकी प्राणायाम का अभ्यास करना चाहिये ॥ १०६ ॥ नवों द्वारों को रोक वायु को बांध कर हृत्तापूर्वक शक्तिचालन करके अपान और अग्नि सहित कुण्डलिनी को ऊपर ले जाय और आत्म ध्यानपूर्वक उसे मस्तक में स्थिर करे, जब तक यह स्थिर रहे तक तक श्रेष्ठ है ॥ १०७ ॥ ऐसा प्राणायाम पाप रूपी ईंधन के लिये अग्नि स्वरूप है और संसार सागर से पार होने के लिए सेतु के समान है ॥ १०८ ॥ आसन से रोगों का नाश होता है और प्राणायाम से पापों का । योगी के मन के विकार प्रत्याहार से दूर हो जाते हैं ॥ १०९ ॥ धारणा से मन में धैर्य आता है, समाधि द्वारा अद्भुत चैतन्य की प्राप्ति होती है और इस प्रकार शुभाशुभ कर्मों का नाश होकर मोक्ष को प्राप्त होता है ॥ ११० ॥

प्राणायामद्विषट्केन प्रत्याहारः प्रकीर्तितः ।

प्रत्याहारद्विषट्केन जायते धारणा शुभा ॥१११॥

धारणा द्वादश प्रोक्तं ध्यानं योगविशारदैः ।

ध्यानद्वादशकेनैव समाधिराभधीयते ॥११२॥

समाधौ परमं ज्योतिरनन्त विश्वतोमुखम् ।

तस्मिन्हृष्टे क्रियाकर्म यातातो न विद्यते ॥११३॥  
 संवद्ध्वाऽऽसनमेढूमङ्घ्रियुगलं कर्णाक्षिनासापुट-  
 द्वारानङ्घ्रिगुलिभिर्नियम्य पवनं वक्रेण वा पूरितम् ।  
 वद्ध्वा वक्षसि बह्वृषानसहितं मूर्ध्नि स्थितं धारये-  
 देवं याति विशेषतत्त्वसमतां योगीश्वरस्तन्मनाः ॥११४॥  
 गगनं पवने प्राप्ते ध्वनिरुत्पद्यते महान् ।  
 घण्टाऽऽदीनां प्रवाद्यानां नादसिद्धिरुदीरिता ॥११५॥

प्राणायाम के द्वादश वार के अभ्यास से प्रत्याहार होता है और बारह प्रत्याहार का अभ्यास करने से शुभ धारणा उत्पन्न होती है । बारह धारणा को ध्यान कहा गया है और बारह ध्यान से समाधि कहलाती है ॥ ११२ ॥ समाधि होने पर जो परम ज्योति अनन्त और विश्वतोमुख का भाव होता है उससे क्रिया, कर्म और आवागमन से छूट जाता है ॥ ११३ ॥ आसन पर बैठकर दोनों चरणों को मेढ़ स्थान में लगाकर, कान, आँख और नाक के द्वारों की अँगुलियों से बन्द करके, वायु को मुख द्वारा खींचकर भीतर ले जाय । उसे अपान के साथ मिलाकर छाती में रोके फिर मस्तक में स्थिर करे, इस प्रकार उसमें मन को संलग्न करके योगीजन समभाव के विशेष तत्त्व को प्राप्त करते हैं ॥ ११४ ॥ आकाश मण्डल में पवन के जाने से महान ध्वनि ( नाद ) सुनाई देने लगती है, घण्टा आदि का शब्द सुनने में आता है और नाद-सिद्धि होती है ॥ ११५ ॥

प्राणायामेन युक्तेन सर्वरोगदायो भवेत् ।  
 प्राणायामवियुक्तेभ्यः सर्वरोगसमुद्भवः ॥११६॥  
 हिवका कासस्तथा श्वासः शिरः कर्णाक्षिवेदना ।  
 भवन्ति विविधा रोगाः पवनव्यत्ययकमान् ॥११७॥  
 यथा सिंहो गजो व्याघ्रो भवेद्वदयः शर्नः शर्नः ।



तथैव सेवितो वायुरन्यथा हन्ति साधकम् ॥११८॥  
 युक्तं युक्तं त्यजेद्वायुं युक्तं युक्तं प्रपूरयेत् ।  
 युक्तं युक्तं प्रवक्ष्यामीदं सिद्धिमवाप्नुयात् ॥११९॥  
 चरतां चक्षुरादीनां विषयेषु यथाक्रमम् ।  
 तत्प्रत्याहारं तेषां प्रत्याहारः स उच्यते ॥१२०॥  
 यथा तृतीयकाले तु रविः प्रत्याहरेत्प्रभाम् ।  
 तृतीयाङ्गस्थितो योगी विकारं मानसं हरेत् ॥१२१॥  
 इत्युपनिषत् ॥

प्राणायाम का अभ्यास होने से सब रोग दूर हो जाते हैं और प्राणायाम से रहित होने से सब रोग उत्पन्न होते हैं ॥ ११६ ॥ हिचकी, खांसी, श्वास, सिर, कान और आँख की पीड़ा आदि विविध प्रकार के रोगों का कारण वायु का विकार ही होता है ॥ ११७ ॥ जिस प्रकार सिंह, हाथी, व्याघ्र आदि को धीरे-धीरे वश में किया जाता है उसी प्रकार वायु को भी क्रमशः वश में करना चाहिये, अन्यथा वह साधक का नाश कर देता है ॥ ११८ ॥ वायु को युक्तिपूर्वक ही बाहर निकालना चाहिये और युक्तिपूर्वक ही भीतर लेना चाहिये और युक्ति से ही रोकना चाहिये, तभी सिद्धि मिलती है ॥ ११९ ॥ चक्षु आदि इन्द्रियां जो विषयों की तरफ चलती हैं उस को रोकना प्रत्याहार है ॥ १२० ॥ जिस प्रकार तीसरे प्रहर में सूर्य का प्रकाश कम हो जाता है, उसी प्रकार योगी तीसरे अङ्ग में स्थिर होकर मन के विकारों का शमन करे, यह उपनिषद् है ॥ १२१ ॥

॥ योगचूडामणि उपनिषद् समाप्त ॥

## महोपनिषद्

ॐ आप्याय तु ममाङ्गानि वाक् प्राणश्चक्षुः श्रोत्रमथो  
बलमिन्द्रियाणि च सर्वाणि सर्वं ब्रह्मोपनिषदं माहं ब्रह्म निरा-  
कुर्या मा मा ब्रह्म निराकरोदनिराकरणमस्त्वनिराकरणं मे  
अस्तु । तदात्मनि निरते य उपनिषत्सु धर्मास्ते मयि सन्तु ते  
मयि सन्तु । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

मेरे अङ्ग वृद्धि को प्राप्त हों, वाणी, घ्राण, चक्षु श्रोत्र, बल और  
सब इन्द्रियां वृद्धि को प्राप्त हों सब उपनिषद् ब्रह्मरूप हैं । मुझसे ब्रह्म  
का त्याग न हो और ब्रह्म मेरा त्याग न करे । उसमें रत हुये मुझको  
उपनिषद् धर्म की प्राप्ति हो । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

### प्रथमोऽध्यायः

अथातो महोपनिषदं व्याख्यास्यामः ।

तदाहुः—एको ह वै नारायण आसीन्न ब्रह्मा नेशानो  
नापो नाग्नीषोमौ नेमे द्यावापृथिवी न नक्षत्राणि न सूर्यो न  
चन्द्रमाः । स एकाकी न रमेत ।

तस्य ध्यानान्तः स्वस्य यज्ञस्तोममुच्यते ।

तस्मिन् पुरुषाश्चतुर्दश जायन्ते एका कन्या दशेन्द्रियाणि  
मन एकादशं तेजो द्वादशमहं कारस्त्रयोदश प्राणश्चतुर्दश आत्मा  
पञ्चदश बुद्धि रूतानि पञ्च तन्मात्राणि पञ्च महाभूतानि स एकः  
पञ्चविंशयन्तिः पुरुषः तत्पुरुषं पुरुषो निवेज्य नास्य प्रदानतं वत्नरा  
जायन्ते संवत्सरादधिजायन्ते ॥१-६॥

महोपनिषद् का आरम्भ किया जाता है कि आदि में केवल एक नारायण ही थे । ब्रह्मा, रुद्र, जल, अग्नि, सो, आकाश, पृथिवी, नक्षत्र, सूर्य एवं चन्द्रमा आदि कुछ भी नहीं था । नारायण को अकेले रहना अच्छा नहीं लगा । तब उन्होंने अन्तःस्थ सङ्कल्प रूपी ध्यान किया । वह ध्यान ही यज्ञस्तोम कहा गया है । उस ध्यान से ही चौदह पुरुष और एक कन्या की उत्पत्ति हुई । वे चौदह पुरुष हैं—दस इन्द्रियाँ, तेजस्वी मन, अहङ्कार, प्राण और आत्मा । इन चौदहों के अतिरिक्त बुद्धि रूपिणी कन्या हुई । इनसे भिन्न सूक्ष्म मूल वाली पञ्च तन्मात्राएँ और पञ्च महाभूत हुये । इन पञ्चीसों के योग से एक पुरुष बना । उस पुरुष में विराट् पुरुष प्रविष्ट हुआ । परन्तु इस पञ्चीस तत्व युक्त विराट् रूप से संवत्सरों की उत्पत्ति नहीं हुई । संवत्सर तो कालरूप संवत्सर से ही प्रकट हुये हैं ॥ १-६ ॥

अथ पुरनेव नारायणः सोऽन्यत्कामो मनसा ध्यायता  
 तस्य ध्यानान्तःस्थस्य ललाटात् त्र्यक्षः शूलपाणिः पुरुषो जायते  
 बिभ्रच्छिर्यं यशः सत्यं ब्रह्मचर्यं तपो वैराग्यं मन ऐश्वर्यं सप्रणवा  
 व्याहृतय ऋग्यजुः सामाथर्वाङ्गिरसः खर्वाणि छन्दांसि तान्यग्ने  
 समाश्रितानि तस्मादीशानो महादेवो महादेवः ॥७॥

अथ पुनरेव नारायणः सोऽन्यत्कामो मनसा ध्यायत ।  
 तस्य ध्यानान्तःस्थस्य ललाटात् स्वेदोऽपतत् । ता इमाः प्रतता  
 आपः । ततस्तेजो हिरण्यमण्डम् । तत्र ब्रह्मा चतुर्मुखो-  
 ऽजायत ॥८॥

सोऽध्यातत् । पूर्वाभिमुखो भूत्वा भूरिति व्याहृतिर्गायत्रं  
 छन्द ऋग्वेदोऽग्निर्देवता । पश्चिमाभिमुखो भूत्वा भुव इति  
 व्याहृतिर्छण्डुभं छन्दो यजुर्वेदो वायुर्देवता । उत्तराभिमुखो भूत्वा  
 स्वरिति व्याहृतिर्जगितं छन्दः सामवेदः सूर्योदेवता । दक्षिणाभि-

मुखो भूत्वा मह इति व्याहृतिरानुष्टुभं छन्दोऽथर्ववेदः सोमो देवता ॥६॥

सहस्रशीर्षं देवं सहस्राक्षं विश्वशंभुवम् ।

विश्रुतः परमं नित्यं विश्वं नारायणं हरिम् ॥१०॥

विश्वमेवेदं पुरुषस्तद्विश्वमुपजीवति ।

पतिं विश्वेश्वरं देवं समुद्रं क विश्वरूपिणम् ॥११॥

फिर उन नारायण ने अन्य मङ्गलपुस्तक अन्तःस्थ ध्यान किया । उनके उस ध्यान से एक ऐसे पुरुष की उत्पत्ति हुई जो तीन नेत्रों वाला था तथा वह अपने हाथ में त्रिशूल धारण किये हुये था । यम, सत्य, तप, ब्रह्मचर्य, वैराग्य, नियन्त्रित मन, ऐश्वर्य, प्रणव गुप्त व्याहृतियाँ, चारों वेद और सम्पूर्ण छन्द उस सिद्ध पुरुष में समाहित थे । एसीलिए उसका नाम ईशान एवम् महादेव हुआ । उन प्रसिद्ध नारायण ने पुनः अन्तःस्थ ध्यान किया, उस समय उनके ललाट से पसीना टपकते लगा । वह पसीना ही जल रूप में फैल गया । उस जल में ही एक अणुकार हिरण्यमय तेज की उत्पत्ति हुई । उस तेज से ही ब्रह्माजी उत्पन्न हुये । ब्रह्मा जी पूर्व की ओर मुख करके भूः व्याहृति, गामत्री छन्द, ऋग्वेद और अग्नि का ध्यान करने लगे । पश्चिम की ओर मुख करके भुवः व्याहृति, त्रिष्टुप छन्द, यजुर्वेद और वायु का ध्यान करने लगे । उत्तराभिमुख होकर स्वः व्याहृति, जगती छन्द, सामवेद और सूर्य का ध्यान करने लगे । फिर उन्होंने दक्षिणाभिमुख होकर महः व्याहृति, अनुष्टुप छन्द, अथर्ववेद और सोम का ध्यान किया । फिर उन ब्रह्मा ने सहस्रों निर सहस्रों नेत्र वाले, सर्व मङ्गलों के धारण, सर्वत्र व्याप्त, पगत्पर और निश्चय रूप नारायण का ध्यान किया और उन्होंने उन जगदीश्वर के धीरे सागर में डूबन करते हुए, दर्शन विदे गया यह जाना कि यही परममूर्ति विश्वम्भूत हैं और मङ्गल संसार का जीवन दहती पर अमलम्बित है ॥ ७-११ ॥

पद्मकोशप्रतीकाशं लम्बत्याकोशसंनिभम् ।  
 हृदयं चाप्यधोमुखं संतस्तै सीत्काराभिश्च ॥१२॥  
 तस्ये मध्यं महानर्चिविश्वार्चिविश्वतोमुखम् ।  
 तस्य मध्ये वह्निशिखा अशीयोर्ध्वं व्यवस्थिता ॥१३॥  
 तस्याः शिखाया मध्ये पुरुषः परमात्मा व्यवस्थितः ।  
 स ब्रह्मा स ईशानः सेन्द्रः सोऽक्षरः परमः स्वराट् ॥  
 इति महोपनिषत् ॥१४॥

जो भले प्रकार से पद्मकोश के समान लम्बायमान एवं अधोमुख  
 हृदय है, उससे सीत्कार शब्द निकलता रहता है । उस हृदय के मध्य  
 में ही एक ज्वाला प्रदीप्त है । वही ज्वाला दीपशिखा के समान दसों  
 दिशाओं में प्रकाश को बाँटकर विश्व को प्रकाशित करती है । उसी  
 ज्वाला के मध्य में कुछ ऊपर उठी हुई एक क्षीण वह्निशिखा है । उसी  
 शिखा में परमात्मा निवास करते हैं । वही परमात्मा ब्रह्मा, ईशान, इन्द्र  
 हैं तथा वे अविनाशी एवम् परम स्वराट् हैं ॥ १२-१४ ॥

॥ प्रथम अध्याय समाप्त ॥

### द्वितीयोऽध्यायः

शुको नाम महातेजाः स्वरूपानन्दतत्परः ।  
 जातमात्रेण मुनिराङ् यत् सत्यं तदवाप्तवान् ॥१॥  
 तेनासौ स्वविवेकेन स्वयमेव महामनाः ।  
 प्रविचार्य चिरं साधु स्वात्मनिश्चयमाप्नुयात् ॥२॥  
 अनाख्यत्वादगम्यत्वान्मनः षष्ठेन्द्रियस्थितेः ।  
 चिन्मात्र मेवायमणुराकाशादपि सूक्ष्मकः ॥३॥  
 चिदणोः परमस्यान्तः कोटिब्रह्माण्डरेणवः ।  
 उत्पत्तिस्थितिमभ्येत्य लीयन्ते शक्तिपर्ययात् ॥४॥

आकाशं बाह्यशून्यत्वादनाकाशं तु चित्त्वतः ।  
न किञ्चिद्यदिनर्देश्यं वस्तु सत्तेति किञ्चन ॥५॥

आत्मा के परम आनन्द का निरन्तर आस्वादन करने वाले एक अत्यन्त तेजस्वी मुनीश्वर थे । उनका नाम शुक्रदेव था । जन्म लेते ही उन्हें सत्य एवं तत्त्वज्ञान की प्राप्ति हो गई थी । इसीलिये उन्होंने किसी की सहायता लिये बिना ही, बहुत काल तक विचार करने के पश्चात् अपने ही विवेक से आत्मस्वरूप क्या है, इस पर एक निश्चित धारणा बनाई । आत्मा अनिवर्चनीय है इसलिये अगम्य है और मन रूपी पृष्ठ इन्द्रिय में अवस्थित होने से यह अणु के आकार का है, चिन्मात्र एवं आकाश तत्त्व से भी सूक्ष्मातिसूक्ष्म है । इस परम विद् रूप अणु में कोटानुकोटि ब्रह्माण्ड रेणुकार्यें शक्ति क्रम के अनुसार उत्पन्न स्थित और विलय होती रहती हैं । यह आत्मा चिद्रूप होने के कारण आकाश रूप से भिन्न है, परन्तु बाह्य-शून्यता के कारण आकाश रूप भी है । इसके रूप का वर्णन नहीं हो सकने से यह वस्तु रूप नहीं है, परन्तु मत्ता होने से वस्तु रूप है ॥ १-५ ॥

चेतनोऽसौ प्रकाशत्वाद्ब्रह्माभावाच्छिलोपमः ।  
स्वारमनि व्योमनि स्वच्छे जगदुन्मेपचिन्मृत् ॥६॥  
तद्भ्रामानमिदं विद्वमिति न स्यात्ततः पृथक् ।  
जयद्भेदोऽपि तद्भ्रानमिति भेदोऽपि तन्मयः ॥७॥  
सर्वगः सर्वसंबन्धो गत्यभावात्त गच्छति ।  
नास्त्यसावाश्रयाभावात् सद्रूपत्वादयास्ति च ॥८॥  
विज्ञानमानन्दं ब्रह्म रातेर्दातुः पनायणम् ।  
सर्वसंश्लेषसंग्यासचेतना यत्परिग्रहः ॥९॥  
जाग्रतः प्रत्ययाभावं यस्याद्भुः प्रत्ययं दध्नाः ।  
यत्संकोचविकासान्यां जगत्प्रलयमृष्टयः ॥१०॥

प्रकाशात्मक होने के कारण यह चेतन स्वरूप है, परन्तु वेदनात्मक होने से शिला रूप है। अपने अन्तरतम में यह विभिन्न प्रकार के विश्व का उन्मेष करने वाला है। यह विश्व उसी का अपना प्रकाश मात्र होने से उससे भिन्न नहीं है। जो विश्वभेद आत्मा में परिलक्षित होता है, वह भी आत्मा से भिन्न नहीं है। सबसे सम्बद्ध होने के कारण उसकी गति सर्वत्र है, परन्तु उसमें गति न होने से चलता-फिरता नहीं है। निराश्रित होने से वह नास्ति रूप है, परन्तु तत्स्वरूप होने के कारण उसे अस्ति रूप मात्र हो गया है। वही धन देने वाले की महान गति है। आनन्द एवं विज्ञान रूप जो ब्रह्म है तथा जिसका ग्रहण सभी मानसिक सङ्कल्पों का त्याग मात्र ही है, मेधावी जन जिसकी प्रतीति जाग्रत अवस्था की प्रतीति न होने को ही कहते हैं तथा जिसके संकोच से प्रलय और विकास से सृष्टि की रचना होती है ॥ ६-१० ॥

निष्ठा वेदान्तवाक्यानामथ वाचामगोचरः ।

अहं सच्चित्परानन्दब्रह्म वास्मि न चेतनः ॥११

स्वयैव सूक्ष्मया बुद्ध्या सर्वं विज्ञातवान् शुक्रः ।

स्वर्यं प्राप्ते परे वस्तुन्यविश्रान्तमनाः स्थितः ॥१२

इदं वस्त्विति विश्वासं नासावात्मन्युपाययौ ।

केवलं विररामास्य चेतो विषयचापलम् ।

भोगेभ्यो भूरिभङ्गेभ्यो धाराभ्य इव चातकः ॥१३

एकदा सोऽमलप्रज्ञो मेरावेकान्तसंस्थितम् ।

पप्रच्छ पितरं भक्त्या कृष्णद्वैपायनं मुनिम् ॥१४

संसारदम्बरमिदं कथमुमुत्थितं मुने ।

कथं च प्रशमं याति कियत् कस्य कदा वद ॥१५

जो वेदान्त वाक्यों की निष्ठा रूप तथा वाणी के लिए अकथनीय है, मैं उस सत् चित् एवं परमानन्द स्वरूप ब्रह्म से भिन्न नहीं हूँ।

अपनी सूक्ष्म बुद्धि के द्वारा श्री शुकदेव जी ने यह सब कुछ जान लिया और इस स्वयं उपलब्ध परम तत्त्व में वे निरन्तर लगे रहने वाले मन से युक्त हुये । उनके हृदय में इस प्रकार विश्वास जम गया कि यही वस्तु है, इनसे भिन्न कुछ नहीं है । जैसे धारा प्रवाह वर्षा से सन्तुष्ट हुये चातक की चञ्चलता दूर हो जाती है, वैसे ही शुकदेव जी का चित्त विभिन्न प्रकार के भोगों से उत्पन्न चञ्चलता से मुक्त होकर कैवल्य अवस्था को प्राप्त हुआ । उन शुकदेव जी ने एक बार मेरु पर्वत के निर्जन में स्थित अपने पिता श्रीकृष्णहृत्पायन की कुटी में जाकर उनसे भक्तिपूर्वक निवेदन किया—'महामुने ! इस संसार रूप प्रपञ्च की उत्पत्ति किस प्रकार हुई और इसका विलय किस प्रकार होता है, यह क्या है, किसका है, इसकी उत्पत्ति कब हुई, यह सब मुझे कृपापूर्वक कहिये ॥ ११-१५ ॥

एवं पृष्ठेन मुनिना व्यासेनाखिलमात्मजे ।

यथावदखिलं प्रोक्तं वक्ष्यत्यं विदितात्मना ॥१६॥

अज्ञासिषं पूर्वमेवमहमित्यथ तत्पितुः ।

स शुकः स्वकया बुद्ध्या न वाक्यं बहु मन्यत ॥१७॥

व्यासोऽपि भगवान् बुद्ध्वा पुत्रानिप्रायमीदृशम् ।

प्रत्युवाच पुनः पुत्रं नाहं जानामि तत्त्वतः ॥१८॥

जनको नाम भूपालो विद्यते मिथिलापुरे ।

यथावद्वेत्यसौ वेद्यं तस्मात् सर्वमवाप्स्यसि ॥१९॥

पित्रेत्युक्तः शुकः प्रायान् सुमेरोर्वमुधातनम् ।

चिदेहनगरीं प्राप जननेनाभिपालिताम् ॥२०॥

शुकदेव जी इस प्रकार विष्णुसे देवदेव आत्मजानी मुनि ने सभी बातें यथावत् कही । परन्तु शुकदेव जी ने जन्मतः पितामह से बातें तो मैं पहले से ही जानता हूँ और इनसे बिना ही बातें कर विदेह प्रधान न दिया । उनके इस भाव को श्याम जी ने समझ लिया



और वे कहने लगे—'पुत्र मैं इन बातों को तत्त्वपूर्वक नहीं जानता । यदि तुम इस विषय में जिज्ञासा रखते हो तो मिथिला नरेश जनक के पास जाओ । वे इस विषय के पूर्ण ज्ञाता हैं । तुम्हें उनसे इच्छित ज्ञान की उपलब्धि होगी ।' पिता के इस कथन पर शुकदेव जी मेरुपर्वत से उतरकर, समतल भूखण्ड पर आये और महाराज जनक की मिथिला पुरी में प्रविष्ट हुये ॥ १६--२० ॥

आवेदितोऽसौ याष्टीकैजनकाय महात्मने ।  
 द्वारि व्यासमुतो राजन् शुकोऽत्र स्थितवानिति ॥२१॥  
 जिज्ञासार्थं शुकस्यासावास्तामेवेत्यवज्ञया ।  
 उक्त्वा बभूव जनकस्तूष्णीं सप्त दिनान्यथ ॥२२॥  
 ततः प्रवेशयामास जनकः शुकर्मगणे ।  
 तत्राहानि स सप्तैव तथैवावसदुन्मनाः ॥२३॥  
 ततः प्रवेशयामास जनकोऽन्तःपुराजिरे ।  
 राजा न दृश्यते तावदिति सप्त दिनानि तम् ॥२४॥  
 तलोन्मदाभिः कान्ताभिर्भोजनैर्भोगसंचयैः ।  
 जनको लालयायास शुकं शशिनिमाननम् ॥२५॥  
 ते भोगास्तानि भोज्यानि व्यासपुत्रस्य तन्मनः ।  
 नाजहुमन्दपवनो वद्धपीठमिवाचलम् ॥२६॥  
 केवलं सुस्रमः स्वच्छो मौनी मुदितमानसः ।  
 सम्पूर्ण इव शीतांशुरतिष्ठदमलः शुकः ॥२७॥

शुकदेव जी को आया देखकर द्वारपालों ने महाराज जनक के पास जाकर निवेदन किया—'श्रीमान् महर्षि व्यासदेव जी के सुपुत्र श्री शुकदेव जी राज-द्वार पर खड़े हैं ।' यह सुनकर राजा जनक ने अवज्ञापूर्ण कहा कि 'वे वहीं ठहरे रहें और सात दिन तक उनकी कोई खबर नहीं ली । आठवें दिन उन्हें राज-प्राङ्गण में बुलवा कर फिर सात दिन तक उनसे बात नहीं की । इसके बाद उन्हें अन्तःपुर

के आंगन में बुलवाया, परन्तु फिर भी सात दिन तक राजा उनके गमाने नहीं आये । इसके पश्चात् बाईसवें दिन उनका युवती नारियाँ, विभिन्न प्रकार के भोजनों और योग्य वस्तुओं द्वारा महाराज ने सत्कार किया । परन्तु सौम्यवदन शुकदेव जी के मन में उन भोगों के प्रति कोई आकर्षण उत्पन्न नहीं हुआ । जैसे मन्द पवन दृढ़ पर्वत को नहीं ढिगा सकता वैसे ही राजा द्वारा प्रस्तुत कोई भोग साधन शुकदेव जी के मन को नहीं ढिगा सकता । वे विकार रहित भाव से युक्त प्रसन्नचित्त, समभाव वाले तथा संग-दोष से रहित निर्मल पूर्णचन्द्र के समान शुद्ध तेज वाले बने रहे ॥२१—२७॥

परिजातस्वभावं तं शुकं स जनको नृपः  
आनीय मुदितात्मानमवलोक्य ननाम ह ॥२८॥  
निःशेषितजगत्कार्यः प्राप्ताखिलमनोरथः ।  
किमीप्सितं तवेत्याह कृतस्वागतमाह तम् ॥२९॥  
संसारालम्ब्यरमिदंकथमन्युत्थितं गुरो ।  
कथं प्रशममायाति यथावत् कथयानुमे ॥३०॥  
यथावदखिलं प्रोक्तं जनकेन महात्मना ।  
तदेव यत् पुरा प्रोक्तं तस्य पित्रा महाधिया ॥३१॥  
स्वयमेव मया पूर्वमभिजातं विणेषतः ।  
एतदेव हि पृष्टेन पित्रा मे समुदाहृतम् ॥३२॥  
भवताऽप्येषः एवार्थः कथितो वाग्विदां वर ।  
एष एव हि वाक्यार्थः शास्त्रेषु परिदृश्यते ॥३३॥  
मनोविकल्पमजातं तद्विकल्पपरिक्षयान् ।  
धीयते दग्धसंसारो निःशार एति निश्चितः ॥३४॥  
तत् किमेतन्महाबाहो सर्वं ब्रूहि ममाननम् ।  
स्वतो विश्रममानोति चेतसा प्रमत्ता जगन् ॥३५॥

महाराज जनक ने इस प्रकार श्री शुकदेव जी की परीक्षा की और जब उन्हें अपनी परीक्षा में उत्तीर्ण पाया तब उन्हें अपने समीप बुलाकर प्रणाम किया और उनका सौम्य सत्कार करते हुये बोले— आपने अपने सांसारिक विषयों को समाप्त कर दिया है और आप स्वयं ही पूर्ण मनोरथ हैं, कृपया बतलाइये अब आपकी क्या कामना शेष है ? इस पर श्री शुकदेव जी ने जिज्ञासु भाव से निवेदन किया—‘हे गुरु श्रेष्ठ इस सांसारिक प्रपञ्च की उत्पत्ति किस प्रकार होती है और यह कैसे लय को प्राप्त होती है ? इस सम्बन्ध में मुझे यथार्थ बात शीघ्र ही बताने की कृपा करें ।’ इस पर जो बातें महान् आत्मा महाराज जनक ने उन्हें बतलाईं, वे सब बातें उनके पिता परमज्ञानी व्यास जी पहले ही बता चुके थे । अतः शुकदेव जी ने कहा इन सब बातों को मैंने स्वयं जाना था, यही बातें मेरे पिता जी ने भी बतलाईं थीं, और आपने भी यही बातें मुझसे कही हैं और ऐसा ही शास्त्र कहते हैं । मानसिक संकल्प से प्रपञ्च की उत्पत्ति होती है और उस विकल्प के नष्ट होने पर प्रपञ्च का भी नाश हो जाता है । यह संसार निन्दनीय एवं सार-रहित है, तब यह क्या वस्तु है ? यही बात मुझे यथार्थ रूप में कहिए । मेरा यह चित्ता संसार के विषय में भ्रमित हो रहा है, उसे आपके सदुपदेश द्वारा ही शान्ति प्राप्त हो सकती है ॥२५-३५॥

शृणु तावदिदानीं त्वं कथ्यमानमिदं मया ।

श्रीशुक ज्ञानविस्तारं बुद्धिसारान्तरान्तरम् ॥ ३६ ॥

यद्विज्ञानात् पुमान् सद्व्यो जीवन्मुक्तत्वसाप्नुयात् ॥ ३७ ॥

दृश्यं नास्तीति बोधेत मनसो दृश्यमार्जनम् ।

संपन्नं चेत्तदुत्पन्ना परा निर्वाणनिर्वृतिः ॥ ३८ ॥

अशेषेण परित्यागो वासनाया य उत्तमः ।

मोक्ष इत्युच्यते सद्भिः स एक विमलक्रमः ॥ ३९ ॥

ये शुद्धवासना भूयो न जन्मानर्थभङ्गिनिः ।  
 जातजो यस्त्वं उच्यन्ते जीवन्मुक्ता महाधियः ॥४०॥  
 पदार्थभावनादाह्वयं बन्ध इत्यभिधीयते ।  
 वासनातानत्रं ब्रम्हन् मोक्ष इत्यभिधीयते ॥४१॥

इस पर राजा जनक बोले—'हे गुरुदेव जी ! जब मैं तुम्हारे प्रति ज्ञान की विस्तृत रूप से कहता हूँ । यह ज्ञान सभी ज्ञानों का सार और सभी रहस्यों का रहस्य है जो पुरुष इसे जान लेता है, वह शीघ्र ही मुक्ति को प्राप्त होता है ।

महाराज ने कहा—'यह ज्ञान प्राप्त होने पर कि यह दृश्य जगत भ्रम है, दृश्य-विषय से मन की छुट्टि हो जाती है । जब यह ज्ञान पूर्ण हो जाता है, तब निर्वाणमयी शान्ति प्राप्त होती है । त्याग वही परम श्रेष्ठ है जिसमें वासनाओं की पूर्ण समाप्ति की गई हो । यही श्रेष्ठ अवस्था विद्वानों द्वारा मोक्ष कही गई है । जो शुद्ध कामना से युक्त और अनर्थ-शून्य जीवन वाले हैं तथा जो जानने योग्य तत्त्व के शास्त्र हैं, वही पुरुष जीवन्मुक्त कहे जाते हैं, हे गुरुदेव जी ! पदार्थ-भावना में दृढ़ता ही बन्धन है और वासनाओं के क्षय को ही मोक्ष कहा गया है । ३६-४१।

तपःप्रभृतिना यस्मै हेतुर्नैव विना पुनः ।

भोगा इव न रोचन्ते स जीवन्मुक्त उच्यते ॥४२॥

आपतत्सु यथाकालं सुखदुःखेष्वनारतः ।

न हृष्यति ग्लायति यः स जीवन्मुक्त उच्यते ॥४३॥

हर्षामर्षमयक्रोधकामकायंष्वहृष्टिभिः ।

न परामृश्यते योऽन्तः स जीवन्मुक्त उच्यते ॥४४॥

अहंकारमयी त्यक्त्वा वागनां लीनयैव यः ।

तिष्ठति ध्येयसंत्यागी स जीवन्मुक्त उच्यते ॥४५॥

ईप्सितानीप्सिते न स्वीयं परमंति योऽहृष्टिभूः ।

मुमुक्षिद्व्यश्वराति स जीवन्मुक्त उच्यते ॥४६॥

अध्यात्मरतिरासीनः पूर्णः पावनमानसः ।  
 प्राप्तानुत्तमविश्रान्तिर्न किञ्चिदिह वाञ्छति ।  
 यो जीवति गतस्नेहः स जीवन्मुक्त उच्यते ॥४७॥  
 संवेद्येन हृदाकाशे मनागपि न लिप्यते ।  
 यस्यासावजडा संवित् स जीवन्मुक्त उच्यते ॥४८॥  
 रागद्वेषौ सुखं दुःखं धर्माधर्मौ फलाफले ।  
 यः करोत्यनपेक्ष्यैव स जीवन्मुक्त उच्यते ॥४९॥  
 मौनवान् निरहंभावो निर्मानो मुक्तमत्सरः ।  
 यः करोति गतोद्वेगः स जीवन्मुक्त उच्यते ॥५०॥  
 सर्वत्र विगत स्नेहो यः साक्षिबदवस्थितः ।  
 निरीचछो वर्तते कार्ये जीवन्मुक्त उच्यते ॥५१॥  
 येन धर्ममधर्मं च मनोमननमोहितम् ।  
 सर्वमन्तः परित्यक्तं स जीवन्मुक्त उच्यते ॥५२॥  
 यावत्तो दृश्यकलना सकलेयं विलोक्यते ।  
 स येन सुष्ठु संत्यक्या स जीवन्मुक्ता उच्यते ॥५३॥  
 कटवल्लवणं तिक्तममृष्टं मृष्टमेव च ।  
 सममेव च यो भुङ्क्ते स जीवन्मुक्त उच्यते ॥५४॥  
 जरा मरणमापन्नं राज्यं दारिद्र्यमेव व ।  
 रम्यमित्येव यो भुङ्क्ते स जीवन्मुक्त उच्यते ॥५५॥  
 धर्माधर्मौ सुखं दुःखं तद्या मरणजन्मनी ।  
 धिया येन सुसंत्यक्तं स जीवन्मुक्त उच्यते ॥५६॥  
 उद्वेगानन्दरहितः समया स्वच्छया धिया ।  
 न शोचते न चोदेति स जीवन्मुक्त उच्यते ॥५७॥  
 सर्वेच्छाः सकलाः शंकाः सर्वेहाः सर्वनिश्चयाः ।  
 धिया येन परित्यक्ताः स जीवन्मुक्त उच्यते ॥५८॥  
 जन्मस्थितिविनाशेषु सोदययास्तयेषु च ।

सममेव यनो यस्य स जीवन्मुक्त उच्यते ॥५८॥  
 न किञ्चन द्वेष्टि तथा न किञ्चिदपि काङ्क्षति ।  
 भृङ्क्तेयः प्रकृतान् भोगान् स जीवन्मुक्त उच्यते ॥६०॥  
 शान्तसंसारकलनः कलावानपि निष्कलः ।  
 यः सच्चित्तोऽपि निश्चित्तः स जीवन्मुक्त उच्यते ॥६१॥  
 यः समस्तार्थं जालेषु व्यवहार्यं निस्पृहः ।  
 परार्थेष्विव पूर्णात्मा स जीवन्मुक्त उच्यते ॥६२॥

जीवन्मुक्त वही है जो तप आदि साधनों के बिना, स्वभाव से ही सांसारिक भोगों से विरक्त है । समय समय पर मिलने वाले सुख अथवा दुःख में जो आसक्त नहीं होता तथा जो सुख से हर्षित अथवा दुःख से दुःखित नहीं होता, वही जीवन्मुक्त कहा जाता है । ऐसा पुरुष काम, क्रोध, हर्ष, उद्वेग, शोक आदि विकारों से मुक्त रहता है और अहंकारवृत्त वासना को स्वभाव में ही त्याग देता है । चित्त के अवलम्बन में जो सदा त्याग-भाव रहता है, वही जीवन्मुक्त है । जो सदा अन्तर्मुखी दृष्टि वाला, पदार्थ-आकांक्षा से रहित, किसी वस्तु की कामना या उपेक्षा से जूझ मुक्ति के समान अवस्था में स्थित रहने वाला है, वह जीवन्मुक्त है । जो पूर्ण पवित्र मन वाला, सदा आत्मा में लीन रहने वाला, अव्यक्त शांत अवस्था में रहने वाला, कामना और आसक्ति से रहित सदा उदासीन रहता, वह जीवन्मुक्त है । जिम्मा हृदय किसी पदार्थ में निहित नहीं रहना और चेतन नैमित्त्यस्वरूप जाना है, वह जीवन्मुक्त है । जो किसी कार्य में फलापन्न की अपेक्षा नहीं करता तथा जो राग-द्वेष से रहित, सुख-दुःख से निरपेक्ष, और धर्माधर्म से नितिशून्य है वह जीवन्मुक्त है । जिनके अहंकार के भाव का परिहारा कर दिया है, जो मान-मांसर के विकार से मुक्त हो गया है, जो उद्वेग-रहित होकर कर्म में रत है, उसे ही ज्ञानीजन जीवन्मुक्त कहते हैं । जो मोह रहित रहकर मात्सी के समान जीवन व्यतीत करता है और बिना किसी

फल की कामना किये कर्म में लगा रहता है, वह पुरुष जीवन्मुक्त ही है । जिसने धर्माधर्म और सभी कामनाओं तथा सांसारिक विषयों के चिन्तन का त्याग कर दिया है, उसे जीवन्मुक्त कहते हैं । जिसने इस दिखाई पड़ने वाले विश्वरूप प्रपंच का भले प्रकार त्याग कर दिया है, वह जीवन्मुक्त कहा जाता है । जो पुरुष, खट्टे, चरपरे, कड़वे, मीठे, नमकीन आदि पदार्थों को स्वाद की चिन्ता किये बिना अर्थात् स्वादिष्ट और स्वाद रहित तथा खराब स्वाद वाले पदार्थों को एक समान मानकर भोजन करता है, वह जीवन्मुक्त है । जो वृद्धावस्था, मृत्यु विपत्ति, ऐश्वर्य-भोग एवं दारिद्र्य में समभाव रखता हुआ सब स्थितियों में संतुष्ट रहता है, वह जीवन्मुक्त है । धर्माधर्म, सुख-दुःख एवं जन्म मरण में हर्ष विषाद न करने वाला पुरुष जीवन्मुक्त है । जो उद्वेग और आनन्द से रहित, शोक अथवा हर्षोत्साह से ममत्व एवं स्वच्छ बुद्धि वाला है, वह जीवन्मुक्त है । सभी इच्छाओं, शंकाओं, कामनाओं और निम्नियों को जिसने पूर्णतः त्याग दिया है, वह जीवन्मुक्त है । उत्पत्ति, स्थिति और विलीनावस्था में तथा उन्नति-अवनति में जो समान मन वाला है, वह जीवन्मुक्त है । जो केवल प्राप्त भोगों का उपभोग करने वाला आकांक्षाओं में रहित तथा किसी के प्रति द्वेष-ईर्ष्या नहीं करता, वह जीवन्मुक्त है । जो कलायुक्त होते हुये भी कला-रहित रहता है, चित्त के रहते हुये भी जो चित्त रहित बना हुआ है तथा जिसने सांसारिक विषयों का चिन्तन छोड़ दिया है, वह जीवन्मुक्त है । विश्व के सभी अर्थ-जालों के मध्य स्थिर होकर भी उसने पराये घन से निस्पृह रहने वाले धर्मात्मा के समान जो पुरुष निस्पृह रहता है, वह आत्मा में ही पूर्णता का अनुभव करने वाला महात्मा जीवन्मुक्त है ॥४२-६२॥

जीवन्मुक्तपदं त्यक्त्वा स्वदेहे कालसात्कृते ।

विशत्यदेहमुक्तत्वं पवनोऽस्पन्दतामिव ॥६३॥

विदेहनुक्तो नोदेति नास्तमेति न शाम्यति ।

न सन्नासन्न दूरस्थो न चाहं न च नेतरः ॥६४॥  
 ततः रितमितगम्भीरं न तेजो न तमस्ततम् ।  
 अनाद्यमनभिव्यक्तं सत् किंचिदवशिष्यते ॥६५॥  
 न शून्यं नापि चाकारि न दृश्यं नापि दर्शनम् ।  
 न च भूतपदार्थोपसदनन्ततया स्थितम् ॥६६॥  
 किमप्यव्यप देशात्मा पूर्णात् पूर्णतराकृतिः ।  
 न सन्नासन्न सदसन्न भावो भावनं न च ॥६७॥  
 चिन्मात्रं चैत्यरहितमनन्तमजरं शिवम् ।  
 अनादिमध्यपर्यन्तं यदनाधि निरामयम् ॥६८॥  
 द्रष्टृ दर्शनदृश्यानां मध्ये यद्दर्शनं स्मृतम् ।  
 नातः परतरं किञ्चिन्निश्चयोऽस्त्यपरो नृने ॥६९॥  
 स्वयमेव त्वया ज्ञातं गुरुतश्च पुनः श्रुतम् ।  
 स्वसंकल्पवशाद्बद्धो निसंकल्पाद्विमुच्यते ॥७०॥  
 तेन स्वयं त्वया ज्ञातं ज्ञेयं यस्य महात्मनः ।  
 भोगेभ्यो ह्यरतिर्जाता दृश्याद्वा सकलादिह ॥७१॥  
 प्राप्तं प्राप्तव्यमखिलं भवता पूर्णचेतसा ।  
 स्वरूपे तपसि ब्रह्मन् मुक्तास्त्व भ्रान्तिमुत्सृज ॥७२॥  
 वृत्तिबाह्यं तथा बाह्यमन्तराभ्यन्तरं धियः ।  
 शुक पश्यन्न पश्येत्स्वं साक्षी संपूर्णकेवलः ॥७३॥

यह पुरुष काल के द्वारा शरीर के कलकल कर विदे जाने  
 पर जीवन्मुक्ता अवस्था को त्यागकर उनी प्रकार विदेह मुक्ततापरप्ता को  
 प्राप्त होता है जिग प्रकार गतिहीन पवन हो जाता है । विदेहमुक्त  
 अवस्था में उल्लसि, अवनति से दूर रहता है, उम समय उमका मय भी  
 नहीं होता । उमकी यह अवस्था मनु, ब्रह्मन् से परे होती है और यह  
 दूरस्थ भी नहीं होती । उममें अहंभाव अवस्था परमात्र भी नहीं रहता ।  
 विदेहमुक्त अवस्था में गंभीरता और स्वस्थता होती है तथा उममें नेत्र



एवं अन्वकार का भी अस्तित्व नहीं होता । उसमें अभिव्यक्त न होने वाला तथा अनिर्वचनीय सत् शेष रहता है । उसका न कोई आकार है और न शून्य ही है, वह न ग्रहण्य है और न दिखाई ही देता है । वह भूत आदि के समूहों से रहित तथा सत् रूप अनन्त में स्थित होता है । उस विचित्र तत्त्व के स्वरूप का वर्णन नहीं किया जा सकता । उसकी आकृति पूर्ण से भी अत्यन्त पूर्ण है । वह सत्, दोनों में से कुछ भी नहीं होता और सत् असत् दोनों के योग से भी परे है । उसमें भावना का भी अभाव होता है । वह चित्त रहित और अनन्त होता है । तथा चेतनामात्र है । वह शिवस्वरूप, जरारहित और कल्याणकारी है । आदि, मध्य और अन्त से भी परे है । वह दोषों से मुक्त तथा अनादि है । द्रष्टा, दृश्य और दर्शन में उसे केवल दर्शन रूप कहा गया

है । हे शुकदेव जी ! इस सम्बन्ध में इतना ही कहा जाता है । तुम इस तत्त्व के स्वयं जानने वाले हुए हो और तुमने अपने पिता से भी सुना है कि संकल्प से ही जीव बंधन में पड़ता और संकल्पों का त्याग करने पर मुक्ति को प्राप्त होता है । जिस तत्त्व का बोध होने पर सज्जनों को सांसारिक दृश्य प्रपंचों में विरक्ति हो जाती है, उस तत्त्व को तुमने स्वयं ही जान लिया है । तुम पूर्ण चेतना को उपलब्ध कर पाने योग्य वस्तु को प्राप्त कर चुके हो । तुम अपने भ्रम का त्याग करो, तुम तप स्वरूप में स्वयं स्थित हो इसीलिये मुक्त भी हो । हे शुकदेव जी ! तुम बाह्य तथा आन्तरिक और अत्यन्त आन्तरिक दृश्य को देखते हुए भी उसे नहीं देखते, क्योंकि तुम कैवल्य स्थिति में साक्षिमात्र रूप से ही अवस्थित हो ॥ ६३—७३ ॥

विश्वाम शुकस्तूष्णीं स्वस्थे परमवस्तुनि ।

वीतशोकभयायासो निरीहश्छिन्नसंशयः ॥७४

जगाम शिखरं मेरोः समाध्यर्थमखण्डितम् ॥७५

तत्र वर्षसहस्राणि निर्विकल्पसमाधिना ।

देशे स्थित्वा शशामासावात्मन्यस्नेहदोषवत् ॥७६

व्यपगतकलनाकलंकशुद्धः स्वयममलात्मनि पावने पदेऽसौ ।

सलिलकण इवाम्बुधी महात्मा विगलितवासनमेकतां जगाम ॥  
इति महोपनिषत् ॥७७

यह मुनिकर शुकदेव जी शोक, भय, संशय और धर्मादि से रहित होकर कामना-हीन होगये और परतत्त्व रूप आत्मा में स्थित होकर भूमेय पर्वत पर चले । वहाँ वे आत्म-देश में हजारों वर्षों तक स्थित रहे और उस निर्विकल्प समाधि के द्वारा उन्हें परम गान्धि प्राप्त हुई । जैसे समुद्र में जल-कण विलीन होकर समुद्र रूप हो जाते हैं, जैसे ही शुकदेव जी संकल्प रूप दोषों से मुक्त शुद्ध स्वरूप होकर वासना विहीन होते हुए पवित्र और निर्मल आत्मपद में एकीभाव को प्राप्त होगए ॥७४—७७॥

॥ द्वितीय अध्याय समाप्त ॥

### तृतीयोऽध्यायः

निदाघो नाम मुनिराट् प्राप्तविद्यश्च बालकः ।

विहृतस्तीर्थं यात्रायं पित्राऽनुज्ञातवान् स्वयम् ॥१

सार्धत्रिकोटितीर्थे स्नात्वा गृहमुपागतः ।

स्वोदन्तं कथयामास श्रुत्वा महायज्ञाः ॥२

सार्धत्रिकोटितीर्थेषु स्नानपुण्यप्रभावतः ।

प्रादुर्भूतो मनसि मे विचारः सौज्यमीदृशः ॥३

जायते मृतये लोको न्निरगते जननाय न ।

अस्मिराः सर्व एवेमे सच्चरानरत्नेष्टिनाः ॥४

सर्वपिदां पदं पापा भावा विभवभूमयः ।

अयः शनान्तासहस्राः परस्परममङ्गिनः ।

शित्प्यन्ते केचना भाना मनः कुरुनयाज्जना ॥५

भावेऽवरनिरावाता पणिकस्य मरुत्विनः ।

शाम्यतीदं कथं दुःखमिति तप्तोऽस्मि चेतसा ॥६

चिन्तानिचयचक्राणि नानन्दाय धनानि मे ।

सप्रसूतकलत्राणि गृहाण्युग्रापदामिव ॥७

इयमस्मिन् स्थितोदारा संसारे परिपेलवा ।

श्रीर्मुने परिमोहाय साऽपि नूनं न शर्मदा ॥८

आयुः पल्लवकोणाग्रलम्बाम्बुकणभंगुरम् ।

उन्मत्त इव संत्यज्य यात्यकाण्डे शरीकम् ॥९

विषयाशीविषासंगपरिजर्जरचेतसाम् ।

अप्रौढात्मविवेकानामायुरायासकारणम् ॥१०

बाल्यावस्था से ही तपकांक्षी निदाघ अपने पिता से आज्ञा लेकर तीर्थयात्रा के उद्देश्य से चल पड़े । अपनी इस यात्रा में उन्होंने साढ़े तीन करोड़ तीर्थों में स्नान किया । फिर घर लौटकर, अपने पिता महर्षि ऋषु को अपनी बात सुनाते हुए कहा—‘पिता जी, मैंने जिन साढ़े तीन करोड़ तीर्थों में स्नान किया है, उनके पुण्य स्वरूप मेरे मन में मह विचार उत्पन्न हुए हैं कि यह विश्व उत्पन्न होता और नष्ट हो जाता है और फिर उत्पन्न होने के लिये ही नष्ट होता है । सभी चराचर जीवों की चेष्टा वाला यह प्रपंच अस्थिर है, इसका जीवन क्षण-मात्र है । यह ऐश्वर्ययुक्त सम्पूर्ण पदार्थ विपत्तियों के कारण हैं । यह सभी लोहे की कील के समान परस्पर पृथक् रहते हुए मानसिक कल्पना रूप चुम्बक के द्वारा ही एकत्र किये जाते हैं । जैसे मार्ग चलने वाला व्यक्ति मरुभूमि में चलते-चलते विरक्त हो जाता है, वैसे ही मैं इन सब सांसारिक पदार्थों से विरक्त हो रहा हूँ । क्योंकि यह मुझे दुःखदायी जान पड़ते हैं । इस दुःख से मुक्ति किस प्रकार मिलेगी, यह विचार मेरे हृदय को सन्तप्त कर रहा है । जिन धन रूप ऐश्वर्यों के कारण चिन्ताएँ चक्कर काटती रहती हैं, वे धन मेरे लिये सुख देने वाले नहीं हैं । स्त्री, पुत्र आदि सब घोर विपत्तियों के घर हैं । विश्व में उदारता की मूर्ति, अत्यन्त कोमलांगी वह लक्ष्मी जी

भी अत्यन्त मोह उत्पन्न करने वाली हैं । निश्चय ही उनके द्वारा जीव को सुख प्राप्त नहीं हो सकता । जैसे पत्ते के अग्रभाग में जो जल की बूँद लटकती है वह क्षणभंगुर है, वैसे ही मनुष्य की आयु भी क्षणभंगुर है । इसलिये अममय ही इस देह को त्याग कर मुझे उन्मत्त के समान प्रस्थान करना पड़ेगा । जिनका मन विषयरूपी सर्प के सङ्ग से जीर्ण हो गया है और जिनको आत्म विवेक की प्राप्ति नहीं हुई, उनका जीवन कष्ट का ही कारण बना है ॥१—१०॥

युज्यते वेष्टनं वायोराकाशस्यः च खण्डनम् ।

अथनं च तरंगाणामास्या नायुपि युज्यते ॥११

प्राप्यं संप्राप्यते येन भूयो येन न शोच्यते ।

पराया निर्वृतेः स्थानं यत्तज्जीवितमुच्यते ॥१२

तरवोऽपि हि जीवन्ति जीवन्ति मृगपक्षिणः ।

स जीवति मनो यस्य मननेनोपजीवति ॥१३

जातास्त एव जगति जन्तवः साधुजीविताः ।

ये पुनर्नह जायन्ते शेषा जरठगर्दभा ॥१४

भारो विवेकिनः शास्त्रं भारो ज्ञानं च रागिणः ।

वशान्तस्य मनो भारं भारोऽनात्मविदो वपुः ॥१५

अहंकारवशादापदहंकाराद्दुःखराधयः ।

अहंकारवशादीहा नाहंकारान् परो विपुः ॥१६

अहंकारवशाद्यन्मया भुक्तं चरानरम् ।

तत्तन् सर्वभयरूपेव बन्धवहंकाररिक्तता ॥१७

इति श्वेतस्व सुव्यग्रं व्यसंमेवाभिधानति ।

मनो हृन्तरं नाति शमि कौन्तेयको यया ॥१८

हृद्देशं जनतां याता (नः) कृष्णानार्याज्जुगामिना ।

यशां कौन्तेयकेनैव श्रुतां भुक्तोऽस्मि तेनया ॥१९

अप्यध्विपानान्मत्तः मुनेरन्मृदनादति ।

अपि बह्वक्षणाद्ब्रह्मात् विषमश्चित्तनिग्रहः ॥२०

चित्तं कारणमर्थानां तस्मिन् सति जगत्त्रयम् ।

तस्मिन् क्षीरो जगत् क्षीणं तच्चिकित्स्यं प्रयत्नतः ॥२१

वायु का लपेटना, आकाश के टुकड़े-टुकड़े करना और लहरों का नूथना भले ही सम्भव हो जाय, परन्तु जीवन में आस्था रखना मेरे लिए सम्भव नहीं है। जिसके द्वारा पाने योग्य वस्तु को भले प्रकार पा लिया जाय, जिसके कारण फिर शोक न करना पड़े और जिसमें परम शान्ति की उपलब्धि हो, वही तो जीवन है। वैसे तो वृक्ष और पक्षी भी जीवित रहते हैं, परन्तु यथार्थ में वही जीवित है जो आत्म चिन्तन में लीन है। इस विश्व में जो उत्पन्न हुये हैं, उनमें उन्हीं जीवों का जीवन श्रेष्ठ है जिन्हें आवागमन के चक्कर में नहीं पड़ना पड़ता। इनसे भिन्न तो जराबस्था प्राप्त गवे के समान है जो असक्त होते हुये भी बोझा ढोने के लिए विवश हैं। ज्ञानी जन के लिये शास्त्र बोझा के समान हैं, राग-द्वेष से युक्त पुरुष के लिये ज्ञान बोझ रूप है। जो अशान्त है, उसका मन ही बोझ रूप है और जो आत्मज्ञान से हीन हैं, उनके लिए यह देह भी बोझ ही है। अहंकार सब दुःखों का कारण है। उससे विपत्ति प्राप्त होती है, दुष्ट मनोविकारों की उत्पत्ति होती है और विभिन्न कामनाओं का प्रादुर्भाव होता है, इसलिये मनुष्य का इससे अधिक कोई शत्रु नहीं है। अहङ्कार के बशीभूत हो मैंने जिन-जिन भोगों का उपयोग किया, वे सभी मिथ्या थे। अहंकार-सूक्ष्मता ही जीवन की यथार्थता है। व्यग्रता के बश पकड़कर यह मन व्यर्थ ही इधर-उधर भ्रमता है। यह विभिन्न ग्रामों में घूमते-फिरने वाले कुत्ते के समान दूर-दूर तक भ्रमण करता है। मैं भी तृष्णा रूप कुतिया के पीछे कुत्ते के समान भटकता हुआ जड़बड़ होगया था। परन्तु अब मैं उनके प्रभाव से मुक्त होगया हूँ। चित्त को नियन्त्रित करना सुमेरु पर्वत की समूल उखाड़ने अथवा समुद्र के सम्पूर्ण जल का पान कर लेने से भी अधिक दुष्कर है। अग्नि का भक्षण

करना भले ही मरल कार्य हो, परन्तु चित्त-निग्रह अत्यन्त ही विषम कार्य है। यह चित्त तथा बाह्य तथा अन्यान्तर के विषयो का ग्रहण करने वाला है, जाग्रत, स्वप्न और सुषुप्ति रूप तीन अवस्था वाले विश्व की स्थिति चित्तवृत्ति पर ही निर्भर है। चित्त की क्षीणता ही संसार को क्षीण करने वाली है। इसलिये आवश्यक है कि चित्त का ही प्रयत्न पूर्वक उपाय किया जाय ॥११--२१॥

यां यामहं मुनिश्रेष्ठ संश्रयामि गुणश्रियम् ।  
तां तां कृन्तति मे तृष्णा तन्त्रीमिव कुमूषिका ॥२२॥  
पदं करोत्यलघुङ्घेऽपि तृप्तऽपि भलमाहते ।  
चिरं तिष्ठति नैकत्र तृष्णा चपलमकंठी ॥२३॥  
क्षणमायाति पातालं क्षणं याति नभस्स्थलम् ।  
क्षणं भ्रमति दिक्कुञ्जे तृष्णा हृत्पद्मपट्पदी ॥२४॥  
सर्वसंसारदुःखानां तृष्णैका दीर्घदुःखदा ।  
अन्तःपुरस्थमपि या योजयत्यतिसंकटे ॥२५॥  
तृष्णाविपूचिकामन्त्रश्चिन्तात्यागो हि स द्विज ॥२६॥  
स्तोकेनानन्दमायाति स्तोकेनायाति वेदताम् ।  
नास्ति देहसमः शोच्यो नीचो गुणविवर्जितः ॥२७॥  
कलेवरमहंकारगृहस्थस्य महागृहम् ।  
लुठवन्त्येव वा स्वेयं किमनेन गुरो मम ॥२८॥  
पटुचित्तवद्धेन्द्रियपक्षं बलात्तृष्णागृहाङ्गणम् ।  
निराभृत्यजनाकर्णं नेष्टं देहगृहं मम ॥२९॥  
जिह्वामर्कटिकाकान्तपदनद्वारगोपणम् ।  
हृष्टदन्तास्थिशकनं नेष्टं देहगृहं मम ॥३०॥

हे भूने ! पटु मूत्रकी जैसे बीजा के तार को काट डालनी है, वैसे ही मेरी तृष्णा मेरे श्रेष्ठ गुरो को काट डालनी है। यह तृष्णा पक्षपात वंशिका के मन्त्रान्न न पाने के योग्य स्थान में भी लज्जा पूर्वक द्विजों को

उद्यत है। वह तृप्त हो चुकने पर भी विभिन्न फलों की कामना करती हुई उन्हें तोड़ती है और अधिक समय तक एक स्थान पर नहीं टिकती। वह क्षण भर में आकाश-भ्रमण करती दिखाई देती है, क्षण भर में ही पाताल गामिनी होती है और क्षण भर में ही विभिन्न दिशाओं में चक्कर काटती है। विश्व के समस्त दुःखों में यह तृष्णा ही ऐसी है जो घोर दुःखदायिनी है तथा महलों में रहने वालों को भी घोर संकट में फँसाती है। यह तृष्णा एक महामारी है और इसे वही नष्ट कर सकता है जो चिन्ता को छोड़दे। यदि चिन्ता का क्षण भर को भी त्याग कर दिया जाय तो अत्यन्त सुख मिलता है। यदि थोड़ी सी भी चिन्ता मन में हो तो उससे दुःख की प्राप्ति होती है। इस देह के समान तुच्छ, गुण-रहित एवं शोच करने योग्य अन्य कोई पदार्थ नहीं है। इस देह रूप महान गृह में अहंकार रूप गृहस्थ निवास करता है। यह देह चाहे चिरजीवित रहे या बीघ्र नष्ट होजाय, इसकी मुझे चिन्ता नहीं। जिस देह रूप घर में इन्द्रिय रूपी पशु पंक्तिबद्ध खड़े हैं और जिसके आंगन में तृष्णा रूपी बंदरिया चलती-फिरती है, जिसमें चित्त-वृत्ति रूप भृत्यों का समावेश है, ऐसा यह शरीर रूप गृह मुझे अभीष्ट नहीं है। जिह्वा रूपी बंदरिया से आक्रान्त हुआ यह मुख रूप द्वार इतना भीषण हो रहा है कि प्रारम्भ में ही दन्तरूप अस्त्रियाँ दृष्टिगोचर हो रही हैं ॥२२-३०॥

रक्तमांसमयस्यास्य सबाह्याभ्यन्तरे मुने ।

नार्श कर्धमिणो ब्रूहि कैव कायस्य रम्यता ॥२१

तदित्सु शरदभ्रेषु गन्धर्वनगरेषु च ।

स्थैर्यं येन विनिर्णीतं स विश्वसितु विग्रहे ॥३२

शैशवे गुस्तो भीतिमत्तृतः पितृतस्तथा ।

जनतो ज्येष्ठबालान्च शैशवं भयमन्दिरम् ॥३३

स्वचित्तविलसंस्थेन नानाविभ्रभकारिणा ।

बलात् कामपिशाचेन विवशः परिभूयते ॥३४

दासाः पुत्राः स्त्रियश्चैव बान्धवाः सुहृदस्तथा ।

हसन्त्युन्मत्ताकमिव नरं बार्धक्यकम्पितम् ॥३५॥

दैन्यदोषमयी दीर्घा वर्धते बार्धके स्पृहा ।

सर्वापदामेकसखी हृदि दाहप्रदायिनी ॥३६॥

कचिद्वा विद्यते येषा संसारे सुखभावना ।

आखुः स्तम्भमिवासाद्य कालस्तामपि कृन्तति ॥३७॥

तृणं पांसुं महेन्द्रं च सुवर्णं मेरुसर्पपम् ।

आत्मं भरितया सर्वमात्मसाक्तर्तुं मुद्यतः ।

कालोऽयं सर्वसंहारी तेनाक्रान्तं जगत्त्रयम् ॥३८॥

ऐसा य देह रूप गृह गुके अच्छा नहीं लगता । हे पिताबी ! यह देह बाहर से तथा भीतर से भी मांस और रक्त से ही प्यास है तो इस नाजवान् देह में सुन्दरता कहाँ मे आई ? यदि कोई यह विद्वान् करता हो कि विष्णु में चपलता अथवा गंधर्वों की नगरी में चंचलता नहीं है तो यह इस देह के स्थिर होने में भले ही सन्देह न करे । इस देह की तीनों अवस्थाओं भय के देने वाली है । बालकपन में अपने से बड़े लड़कों से तथा माना-विता आदि से भय लगता है । युवावस्था प्राप्त होने पर अपने ही वित्त के भीतर नियाम करने वाले कामन्वी विद्या के ज्ञान में फँसकर पराजय को प्राप्त करता है । वृद्धावस्था प्राप्त होने पर मनुष्य कांपता हुआ चलता-फिरता है । उसे देहात्तर मित्रों दम्पु, मित्र, पुत्र, पुत्रियाँ तथा भौकर-चाकर भी हँसी उड़ाने में । इस आयु में सामर्थ्यहीनता के कारण कामनाओं की अधिक कृति होती है । यह जरावन्ता हृदय को जलाने वाली मद्य विषाियों की मगनी है । दिन नुग की भावना सामान्यिक प्राणी करता है, यह मुझ है क्या ? जगत तो तिनके के समान वाद्वत ही जाता है । यह जान छोटे से विद्वत् और राज के पक्षों को भी महेन्द्र तथा मेरु पर्वत को भी मरुती से मरान कर देने में समर्थ है । यह सभी को काट करने वाला है और जगत में



भरने के लिये सब को निगलता रहता है । इस काल के द्वारा तीनों लोक व्याप्त किये हुये हैं ॥३१-३८॥

मांसपाश्चालिकायास्तु यन्त्रलोलेऽङ्गपञ्जरे ।

स्नयवस्थिग्रन्थि शालिन्याः स्त्रियः किमिव शोभनम् ॥३९

त्वङ् मासरक्तबाष्पांश्च पृथक्कृत्वा विलोच [क] ने ।

समालोक [च] य रम्यं चेत् किं सुधा परिमुह्यसि ॥४०

मेरुशृङ्गतटोल्लासिगंगाजलरयोपमा ।

दृष्ट्वा यस्मिन् मुने मत्ताहारस्योल्लासशालिता ॥४१

श्मशानेषु दिग्गतेषु स एव ललनास्तनः ।

श्वभिरास्वाद्यते काले लघुपिण्डमिवान्धसः ॥४२

केशकज्जलघारिण्यो दुःस्पर्शा लोचनप्रियाः ।

दुष्कृताग्निशिखा नार्यो दहन्ति तृणवन्नरम् ॥४३

ज्वलतामतिदूरेऽपि सरसा अपि नीरसाः ।

स्त्रियो हि नरकाग्नीनामिन्धनं चारु दारुणम् ॥४४

कामनाम्ना किरातेन विकीर्णा मुग्धचेतसः ।

नार्यो नरविहंगानामंगबन्धनबागुराः ॥४५

जन्म पल्वलमत्स्यानां चित्तकर्दमचारिणाम् ।

पुंसां दुर्वासनारज्जुनारी वडिशपिण्डका ॥४६

सर्वेषां दोषरत्नानां सुसमुद्दिगकयाजनया ।

दुःखशृङ्खलाया नित्यमलमस्तु मम स्त्रिया ॥४७

यस्य स्त्री तस्य भोगेच्छा निःस्त्रीकस्य क भोगभूः ।

स्त्रियं त्यक्त्वा जगत् त्यक्तं जगत् त्यक्त्वा सुखी भवेत् ॥४८

देह के अंग यंत्र के समान चंचल हैं और अस्थिपिंजर में मांस युक्त पुतली के समान स्त्री-देह में ऐसी कौन-सी वस्तु है जो सुन्दर कही जा सकती है ? नेत्र के भीतर की त्वचा, मांस, रक्त तथा अश्रु इन सब में ऐसी कौन-सी वस्तु है जो आकर्षक प्रतीत होती हो ? यदि कोई वस्तु

नहीं है तो मोह करने से क्या लाभ है ? जो नारी सुमेरु शिपारों के बिनारे उल्लसित होकर प्रवाहित होने वाली गंगा की गति के समान चंचल है और जो मुक्ताहार से सुशोभित देखी जाती है, वह स्त्री जब काल के चक्र में फँसती है, तब उसके मांस पिण्ड रूप स्तन को श्मशान में कुत्ते चाटते हैं । यह नारियाँ केवल विन्यास और अञ्जनादि से सुसज्जित होकर प्रिय लगने पर भी दुःखदायक स्पर्श वाली होती है । वे अग्नि-ज्वाला के समान दग्ध कर देने वाली ललनाएँ विधाता की दुष्प्रति रूप हैं । यह दूरस्थ प्रज्ज्वलित नरक रूप अग्नियों को ईंधन के समान हैं । इनकी सरसता में भी नीरवता भरी है । काम नामक शिकारी ने पुरुष रूपी मृगों को बाँध लेने के लिये नारी रूपी पाश को विस्तृत किया है । नारी दुर्वासना रूपी रस्सी में बँधे हुये उस पिण्ड के समान है जो चित्त रूपी कीचड़ में भ्रमण करने वाले पुरुष रूपी मत्स्यों को इस जीवन रूपी जाल में फँसा लेती है । समुद्र इन समस्त दोषयुक्त रत्नों का उत्पादक है । जिसके पास स्त्री है वह विलास की कामना में लीन रहता है, जिसके पास स्त्री नहीं है, उसके लिये भोग का कोई कारण नहीं । जो स्त्री का त्याग कर सका, उसने ही संसार का त्याग कर दिया और जो संसार को त्याग देता है, वही मुक्त हो सनता है । इसलिये दुःखों की यह शृङ्खला हम से दूर ही रहे ॥ २६—४८ ॥

दिशोऽपि न हि हृदयन्ते देशोऽप्यन्योपदेशकृत् ।  
 शंला अपि विशीर्यन्ते जीर्यन्ते तारका अपि ॥४८॥  
 गुण्यात्पि समुद्राञ्च ध्रुवोऽप्य ध्रुवजीवनः ।  
 सिद्धा अपि दिनश्यन्ति जीर्यन्ते शानवायः ॥४९॥  
 परमेष्ठ्यपि निष्ठवान् होयते हरिरभ्यजः ।  
 भवोऽप्यभावमायाति जीर्यं ते ये दिर्गाम्भवाः ॥५०॥  
 ब्रह्मा विश्वमुन्न रद्वरप सर्वा वा भूतजातयः ।  
 नाशमेवानुधावन्ति गगिनानां च बाह्वम् ॥५१॥

आपदः क्षणमायान्ति क्षणमायान्तिः संपदः ।  
 क्षणं जन्माथ मरणं सर्वं नश्वरमेव तत् ॥१५३  
 अक्षरेण हताः क्षूरा एकेनापि शतं हतम् ।  
 विषं विषयषवैर्म्यं न विषं विषमुच्यते ॥१५४  
 जन्मान्तरध्ना विषया एकजन्महरं विषम् ।  
 इति मे दोषदावाग्निदग्धे संप्रति चेतसि ॥१५५  
 स्फुरन्ति हि नभोगाशा मृगतृष्णासरःस्वति ।  
 अतो मां बोधयाशु त्वं तत्त्वज्ञानेन वै गुरो ॥१५६  
 नो चेन्मौनं समास्थाय निर्मानो गतमत्सरः ।  
 भावयान् मनसा विष्णुं लिपिकर्मर्षितोपमः ॥१५७

यह जगत् नाशवान् है । जब यह अदृश्य होता है तब दिशायें भी दिखाई नहीं देतीं, देश भी काल के गाल में समा जाते हैं, पर्वत खण्ड-खण्ड होते और तारे भी टूट-टूट कर गिर जाते हैं, समुद्रों में जल नहीं रहता और ध्रुवतारा भी लुप्त हो जाता है । दानवों का अन्त समय आता है और सिद्ध पुरुष भी मृत्यु को प्राप्त हो जाते हैं । अजन्मा विष्णु और चिरस्थायी ब्रह्मा भी अन्तर्ध्यान हो जाते हैं । जैसे जल बड़बानल की ओर दौड़ता है वैसे ही देवता मनुष्य तथा अन्य सभी प्राणी विनाश की ओर दौड़ते हैं । उस समय सभी भाव अभाव बन जाते हैं । आपत्तियाँ क्षण-भर में विपत्तिग्रस्त करती हैं तो क्षण-भर में सम्पूर्ण चैत्र की प्राप्ति हो जाती है । क्षण-भर में जन्म और क्षण-भर में मृत्यु होती है । यह सभी प्रपंच नाशवान् हैं । यहाँ कायरों द्वारा शूरवीरों का संहार होता है । कभी-कभी एक ही सैकड़ों को मार गिराता है । इस प्रकार सर्वत्र विषमता छाई हुई है । विषय वासनाओं से चित्त में जो विषमता आ जाती है, वही विष रूप है । परन्तु, विष इतना नीपण नहीं है, क्योंकि वह जन्म को ही नष्ट करता है और विषय रूपी विष तो जन्म-जन्मान्तरों का विनाश कर देने वाला है । मेरा चित्त दोष रूप

दावानल में जल गया है, परन्तु मृग-मरीचिका के तट्टाग में खड़ा रहकर भी मैं भोग-लिप्सा से परे हूँ । हे पिता, हे गुरो ! आप मुझे तत्त्व-ज्ञानात्मक बोध प्रदान करो अन्यथा मैं मान-मत्सर का त्याग कर मोन धारण पूर्वक मैं अपने मन में भगवान् का स्मरण करूँगा ॥४६—४७॥

॥ तृतीय अध्याय समाप्त ॥

### चतुर्थोऽध्यायः

निदाय तव नास्त्यन्यज्ज्ञेयं ज्ञानवतां वर ।

प्रजया त्वं विजानासि ईश्वरानुगृहीतया ।

चित्तमालिन्यसंजातं मार्जयामि भ्रमं मुने ॥१॥

मोक्षद्वारे द्वारपालाश्चत्वारः परिकीर्तिताः ।

शमो विचारः संतोषश्चतुर्थः साधुसंगमः ॥२॥

एकं वा सर्वयत्नेन सर्वमृतमृज्य संश्रयेत् ।

एकस्मिन् वनगे यान्ति चत्वारोऽपि वनगणाः ॥३॥

शास्त्रं सज्जनसंपर्कं पूवंकैश्च तपोदमैः ।

आदौ संसारमुत्तयर्थं प्रज्ञामेवानिवर्धयेत् ॥४॥

त्वानुभूतेश्च शास्त्रस्य गुरोश्चैवंक वाचयता ।

यस्याभ्यासेन तेनात्मा सततं चावलोक्यते ॥५॥

संकल्पाणां संश्रानयर्जनं चेत् प्रतिक्षणम् ।

करोपि तदचित्तत्वं प्राप्त एवासि पावनम् ॥६॥

चेतनो यदकर्तुं त्वं तत् समाधानमोश्चितम् ।

तदेव केवलीभावं ना शूभा निवृत्तिः परा ॥७॥

चेतना संप्रतिमृज्य सर्वमावात्मभावनम् ।

यथा निष्ठमि निष्ठ त्वं मूकान्धवधिरोगः ॥८॥

सर्वं प्रज्ञान्तमसंभक्तमस्मिन्मह्यमाभास्यते

सत्यममानन-चेत्यस्मिन् ॥

सर्वं प्रशान्तमिति शब्दमयी च दृष्टिर्बोधार्थमेव  
हि मुधैव तदोमितीदम् ॥६

सर्वं किञ्चिदिदं दृश्यं दृश्यते चेज्जगद्गतम् ।  
चिन्निष्पन्दांशमात्रं तन्नान्यदस्तीति भावय ॥१०  
नित्यप्रबुद्धचित्तस्त्वं कुर्वन् वाऽपि जगत्क्रियाम् ।  
आत्मकत्वं विदित्वा त्वं तिष्ठामुब्धमाब्धिवत् ॥११

निदाघ की यह बात सुनकर उनके पिता ऋषिवर ऋभु कहने लगे—“पुत्र ! तुम ज्ञानियों में श्रेष्ठ हो । अब तुम्हारे लिये जानने योग्य कुछ भी नहीं है । तुम पर भगवान की ऐसी कृपा हुई है कि तुम स्वयं अपनी बुद्धि के द्वारा ही सब विषयों के ज्ञाता हो गये हो । फिर भी चित्त की मलीनता से जो भ्रम शेष रह गया है, उसे मैं दूर कर डालूँगा । शम, विचार, सन्तोष और सत्संग यह चारों मोक्ष द्वार के द्वारपाल कहे गये हैं । यदि उनमें से एक का भी आश्रय ग्रहण कर ले तो शेष तीनों स्वयं ही वश में हो जाते हैं । जगत के पाश से मुक्त होने की कामना हो तो शास्त्रों के अध्ययन, तप, दम तथा सत्संग के द्वारा अपनी प्रज्ञा-बुद्धि करे । अपने अनुभव से शास्त्र-प्रमाण एवं गुरु के उपदेश से निरन्तर अभ्यास द्वारा आत्मचिन्तन की प्रवृत्ति उत्पन्न होती है । यदि तुमने संकल्प और आशा का अनुसंधान त्याग दिया है तो कैवल्य की प्राप्ति स्वयं ही हो गई होगी । चित्त अकर्तृत्व ही चित्त-वृत्तियों का निरोध कहा गया है । इसे ही कैवल्य अवस्था अथवा पराशान्ति कहते हैं । विश्व के सब पदार्थों में आत्म-भावना का भले प्रकार त्याग कर गूँगे, अंधे और बहिरी के समान रहने से ही यह सम्भव है । शब्दमयी वैभिनता युवत दृष्टि निस्तान्त व्यर्थ है । एक है, अजन्मा है, आदि मध्य रहित तथा तेजोमय है इत्यादि शब्द रूप चिन्तन आत्मबोध में बाधा स्वरूप हैं । यह दिखाई पड़ने वाला सम्पूर्ण प्रपञ्च तत्त्व रूप में प्रणव ही है । यहाँ जो कुछ दिखाई पड़ता है, वह चित्त्विश्व में दिखाई पड़ता है । अतः

यह चित् के स्पन्दन का एक अंश रूप ही है । इसलिए चित्त ही सब कुछ है । तुम सांसारिक कार्यों को करते हुये भी नित्य प्रबुद्ध चित्त से आत्मा के एकीभाव का ज्ञान प्राप्त कर प्रशान्त रहने वाले महान् सागर के समान निश्चल एवं दृढ़चित्त रहो । ऐसा करने से ही कल्याण सम्भव है ॥ १—११ ॥

तत्त्वावबोध एवासौ वासनातृणपावकः ।  
 प्रोक्तः समाधिश्चन्देन न तु तूष्णीमवस्थितिः ॥१२  
 निरिच्छे संस्थिते रत्ने यथा लोकः प्रवर्तते ।  
 सत्तामात्रे परे तत्त्वे तथैवायं जगदग्नः ॥१३  
 अतश्चात्मनि कर्तृत्वमकर्तृत्वं च वै मुने ।  
 निरिच्छत्वादकर्ताऽसौ कर्ता सन्निधिमात्रतः ॥१४  
 ते द्वे ब्रह्मणि विन्देते कर्तृताकर्तृते ।  
 यत्तद्वै चमत्कारस्तमाश्रित्य स्थिरो भव ॥१५  
 तस्माग्नित्यमकर्ताऽहमिति भावनयेद्ब्रह्मा ।  
 परमाभूतनाम्नी सा समतैवावशिष्यते ॥१६  
 निदाघ शृणु सत्त्वस्था जाता भुवि महागुणाः ।  
 ते नित्यमेवाभ्युदिताः मुदिताः ख इवेन्दवः ॥१७

यह आत्मज्ञान वासना रूप तिनके को जलाने वाले अग्नि के समान है । इसी को समाधि कहा गया है । केवल मौन रहना ही समाधि नहीं है । जैसे रत्न बिना किसी कामना के यों ही पड़ा रहता है तो भी उसे देखने वाले व्यक्ति उसकी ओर आकर्षित होते ही हैं, वैसे ही सत्तामात्र जो परतत्त्व है उसकी ओर सम्पूर्ण विश्व आकर्षित होता है । इसी आत्मा में कर्तृत्व और अकर्तृत्व दोनों ही विद्यमान हैं । कामना रहित रहने पर आत्मा अकर्ता है और सन्निधिमात्र से कर्ता बन जाता है । ब्रह्म में कर्तृत्व और अकर्तृत्व दोनों की ही उपलब्धि है, तुम्हें जिसमें ऐसा चमत्कार दिखाई दे, उसी का आश्रय पकड़ लो । मैं सदा

अकर्ता हूँ, ऐसी भावना करने पर परम अमृता नाम वाली समता ही शेष रहती है। जो प्राणी सत्व में विद्यमान रहकर इस लोक में उत्पन्न हुये हैं, वही गुणवान हैं। वे आकाशस्थ चन्द्र के समान सदा हर्षित रहते हैं और वे ही उन्नतिशील हैं ॥ १२—१७ ॥

नापदि ग्लानिमायान्ति निशि हेमाम्बुजं यथा ।  
 नेहन्ते प्रकृतादन्यद्रमन्ते शिष्टवर्त्मनि ॥१८  
 आकृत्यैव विराजन्ते मैत्र्यादिगुणवृत्तिभिः ।  
 समाः समरसाः सौम्याः सततं साधुवृत्तयः ॥१९  
 अन्धिवद्धतमर्यादा भवन्ति विशदाशयाः ।  
 निर्याति न विमुञ्चन्ति महान्तो भास्करा इव ॥२०  
 कोऽहं कथमिदं चेति संसारमलमाततम् ।  
 प्रविचार्य प्रयत्नेन प्राज्ञेन सह साधुना ॥२१  
 नाकर्मसु नियोक्तव्यं नानार्येण सहावसेत् ।  
 ब्रह्मव्यः सर्वसंहर्ता न मृत्युरवहेलया ॥२२  
 शरीरमस्थि मांसं च त्यक्त्वा रक्ताद्यशोभनम् ।  
 भृतमुक्तावली तन्तुं चिन्माक्षमवलोकयेत् ॥२३  
 उपादेयानुपतनं हेयैकान्त विसर्जनम् ।  
 यदेतन्मनसो रूपं तद्वाह्यं विद्धि नेतरत् ॥२४  
 गुरुशास्त्रोक्तमार्गेण स्वानुभूत्या च चिद्धने ।  
 ब्रह्मं वाहमिति ज्ञात्वा वीतशोको भवेन्मुनिः ॥२५

यत्न निशितासिशतपातनमुत्पलताडनवत्सोढव्यं, अग्नि-  
 दाहो हिमसेचनमिव, अङ्गारावर्तनं चन्दनचर्चव, निरवधिनाराच  
 विकिरपातो निदाघविनोदनधारागृहशीकरवर्षणमिव, स्व-  
 शिरस्छेदः सुखनिद्रा, मूकीकरणमाननमुद्रक, बाधिर्यं महानुप-  
 चय, इव, इदं नावहेलनया भक्तिव्यं, एवं हृदयैराग्याद्बोधो  
 भवति ॥ २५—१ ॥

गुरुवाक्यसमुद्भूतस्वानुभूत्याऽतिशुद्धया ।  
यस्याभ्यासेन तेनात्मा सततं चावलोक्यते ॥२६  
विनष्टदिग्भ्रमस्यापि यथापूर्वं विभाति दिक् ।  
तथा विज्ञानविध्वस्तं जगन्नास्तीति भावय ॥२७  
न धनान्युपकुर्वन्ति न मित्राणि न बान्धवाः ।  
न कायक्लेशवैधुर्यं न तीर्थायतनाश्रयः ।  
केवलं तन्मनोमात्रजये नासाद्यते पदम् ॥२८

सत्त्व में स्थित पुरुष स्वर्णिम कमल के समान रात्रि रूप विपत्ति में कुण्ठित नहीं होते । जो भोग सहज उपलब्ध हो जाय उनके सिवा अन्य वस्तु की इच्छा नहीं करते और शास्त्र के अनुकूल चलते हैं, वे सहज ही मैत्री, करुणा, मुदिता और उपेक्षा आदि गुणों से विभूषित रहते हैं । वे सदा समान भाव में स्थित रहकर लगातार साधुवृत्ति में ही रहे आते हैं । वे लोक मर्यादा से परे रहकर समुद्र के समान विशाल हृदय वाले होकर सूर्य के समान नियत मार्ग पर ही गमन करते हैं । विचार करना हो तो स्वयं क्या है, विश्व प्रपञ्च कैसे उत्पन्न हुआ है, इस पर बुद्धिपूर्वक विचार करे । वह कभी निरर्थक कार्य को न करे और दुष्ट के संग से बचता रहे । मृत्यु सब को खा जाती है, उसके प्रति उपेक्षा-भाव न रखे । यदि उपेक्षा करनी है तो देह, अस्थि, मांस, रक्त आदि नश्वर पदार्थों के प्रति उपेक्षा करे । जैसे मोती की लड़ियों में सूत्र पिरोया जाता है, वैसे प्राणियों में पिरोये हुये चिदात्मा को देखे । देय वस्तु को त्यागे और उपादेय को ग्रहण करे । यह जान लो कि मन का स्वरूप बाहरी है, भीतरी नहीं । गुरु और शास्त्र के वचन तथा अपने अनुभव से 'मैं ब्रह्म हूँ' ऐसा जान ले और शोकादि का त्याग करे । ऐसी अवस्था में तीक्ष्ण तलवार के सैकड़ों आघात कमल की कोमल मार के समान सहन करने योग्य हो जाते हैं । अग्नि के द्वारा जलाये जाने का प्रभाव शीतल जल में स्नान करने के समान सहनीय हो



जाता है । आग के अङ्गारों पर लेटना भी ऐसा लगता है जैसे चन्दन का लेप कर लिया हो । देह पर निरन्तर होने वाली घातक वाण वर्षा भी गर्मी को शान्त करने वाली शीतल जल के फुव्वारे के समान मन प्रसन्न करने वाली हो जाती है । सिर का कट जाना सुखदायिनी निद्रा के समान होता है । गूँगा हो जाना मोनावलम्बन के समान और बहिरा हों जाना उन्नति के समान सुखप्रद होता है । परन्तु ऐसी अवस्था उपेक्षा से नहीं मिल सकती । इसकी प्राप्ति वैराग्य से उत्पन्न हुये आत्मज्ञान द्वारा ही सम्भव है । गुरुशास्त्र के वचनों और अपने अनुभव के आधार पर जो मानसिक पवित्रता प्राप्त होती है, उसी के द्वारा निरन्तर आत्मसाक्षात्कार होते रहना सम्भव है । जैसे भभूड़े के नष्ट होने पर दिशा का ज्ञान पुनः होने लगता है, वैसे ही विज्ञान द्वारा ध्वस्त हुये विश्व की स्थिति नहीं रहती । घन, मित्र, बन्धु, पुत्र-परिजन आदि मनुष्य का उपकार नहीं कर सकते । शारीरिक क्लेश के नष्ट होने से अथवा तीर्थस्थान में वास कर लेने मात्र से ही मनुष्य लाभान्वित नहीं हो सकता, वह तो चिन्मात्र में लय होकर ही परमपद पा सकता है ॥ १८—२८ ॥

यानि दुःखानि या वृष्णा दुःसहा ये दुराधय ।  
शान्तचेतःसु तत् सर्वं तमोऽर्कैष्विव नश्यति ॥२६

मातरीव परं यान्ति विषमाणि मृदूनि च ।

विश्वासमिह भूतानि सर्वाणि शमशालिनि ॥३०

न रसायनपानेन न लक्ष्म्यालिङ्गितेन च ।

न तथा सुखमाप्नोति शमेनान्तर्यथा जनः ॥३१

श्रुत्वा स्पष्टा भुक्त्वा च दृष्ट्वा ज्ञात्वा शुभाशुभम् ।

न हृष्यति ग्लायति यः स शान्त इति कथ्यते ॥३२

तुषारकरविम्वाच्छं मनो यस्य निराकुलम् ।

मरणोत्सवयुद्धेषु स शान्त इति कथ्यते ॥३३

तपस्विषु बहुज्ञेषु याजकेषु नृपेषु च ।

वलवत्सु गुणान्येषु शमवानेव राजते ॥३४॥  
 संतोषामृतपानेन ये शान्तास्तृप्तिमागताः ।  
 आत्मारामा महात्मानस्ते महापदमागताः ॥३५॥  
 अप्राप्तं हि परित्यज्य संप्राप्ते समतां गतः ।  
 अदृष्टखेदाखेदो यः संतुष्ट इति कथ्यते ॥३६॥  
 नाभिनन्दत्यसंप्राप्तं भुङ्क्ते यथेप्सितम् ।  
 यः स सौम्यसमाचारः सन्तुष्ट इति कथ्यते ॥३७॥  
 रमते धीर्ययाप्राप्ते साध्वीवान्तः पुराजिरे ।  
 सा जीवन्मुक्ततोदेति स्वरूपानन्दायिनी ॥३८॥  
 यथाक्षणं यथाशास्त्रं यथादेशं यथासुखम् ।  
 यथासंभवसत्सङ्गमिमं मोक्षपथक्रमम् ।  
 तावद्विचारयेत् प्राज्ञो यावद्विश्रान्तमात्मनि ॥३९॥  
 तुर्यविश्रान्तियुक्तस्य निवृत्तस्य भवार्णवात् ।  
 जीवतोऽजीवतश्चैव गृहस्थस्याथवा यतेः ॥४०॥  
 नाकृतेन कृतेनार्थो न श्रुतिस्मृतिविभ्रमैः ।  
 निर्मग्धर इवाम्भोधिः तिष्ठति यथास्थितः ॥४१॥

संसार में जितने दुःख, जितनी तृष्णायें और दुश्चिन्ताएँ हैं, वे सब शान्त मन वाले पुरुष में, सूर्य की किरणों से अन्धकार दूर होने के समान ही नष्ट हो जाती हैं, जैसे माता का पुत्र विश्वास करते हैं, वैसे ही शम वाले पुरुष का सभी मृदु एवं कठोर प्राणी पूर्ण विश्वास करते हैं । जो सुख मनुष्य को शांति से प्राप्त होता है, वैसा सुख लक्ष्मी के आलिङ्गन द्वारा अथवा अमृत का पान करने पर भी नहीं मिल सकता । शांत मनुष्य वही है जो शुभ-अशुभ को सुनकर भी हर्ष विपाद नहीं करता और भूखा रहने पर या भोजन कर लेने पर दुःख-सुख को नहीं मानता । जिसका मन चन्द्रमा के समान अत्यन्त निर्मल है और जो उत्सव, युद्ध अथवा मृत्यु में भी हर्ष-शोक द्वारा अधीर नहीं होता वहीं

पुरुष शान्तचित्त कहा जाता है । याज्ञिकों तपस्वियों, बहुश्रुतों, राजाओं, गुणवानों तथा वनवासियों में भी वही शोभा पाता है जो शम से युक्त है । आत्मा में रमण करने वाले महात्मा वही होते हैं जो सन्तोष रूपी अमृत को पीकर शान्त और तृप्त होते हैं । उन्हीं को परमपद की प्राप्ति होती है । सन्तुष्ट वही कहा जाता है जो सम्प्राप्त वस्तु में समान भाव रखता तथा अप्राप्त वस्तु की लालसा नहीं करता और जो सुख-दुःख को नहीं देखता । प्राप्त वस्तु के भोग में सन्तुष्ट रहने वाला, अप्राप्त वस्तु की चिन्ता न करने वाला पुरुष समान भाव का आचरण करता है, वही सन्तुष्ट है । जैसे साध्वी नारी अपने घर के आंगन में रहती हुई सुख मानती है, वैसे ही जो प्राप्त हो जाय उसी में सुख मानती हुई बुद्धि रमण करती है, वही अत्यन्त आनन्ददायिनी अवस्था जीवन्मुक्त कही जाती है । जब तक आत्म-विश्रान्ति की प्राप्ति न हो जाय तब तक समय के अनुसार, देश के अनुरूप और शास्त्र के अनुकूल यथासम्भव सत्सङ्ग करते हुए मोक्ष-मार्ग का विचार करता रहे । तुरीयावस्था की विश्रान्ति से युक्त तथा संसार समुद्र से निवृत्त जो पुरुष है, वह गृहस्थ हो या सन्यासी, चाहे सांसारिक जीवन में रहे या न रहे, उसे श्रुति-स्मृति के भ्रम जाल में पड़ने की आवश्यकता नहीं रहती । वह तो उत्प्लवहीन समुद्र के समान आत्म-स्थित रहकर ही सब कुछ प्राप्त कर लेता है ॥२६—४१॥

सर्वात्मवेदनं शुद्धं यदोदेति तदात्मकम् ।

भाति प्रसृतिदिक्कालावह्यं चिद्रूपदेहकम् ॥४२

एवमात्मा यथा यत्र समुल्लासमुपागतः ।

निष्ठात्याशु तथा तत्रतद्रूपश्च विराजते ॥४३

यदिदं दृश्यते सर्गं जगत् स्थावरजङ्गमम् ।

तत् सुषुप्ताविव स्वप्नः कल्पान्ते प्रविनश्याति ॥४४

ऋतमात्मा परं ब्रह्म सत्यामित्यादिका बुधैः ।

कल्पिता व्यवहारार्थं यस्य संज्ञा महात्मनः ॥४५

यथा कटकशब्दार्थं पृथग्भावो न काञ्चनात्,  
न हेम कटकात्तद्वज्जगच्छब्दार्थता परा ॥४६  
तेनेयमिन्द्रजालश्रीर्जागती प्रवितन्यते ।  
द्रष्टुर्दृश्यस्य सत्ताऽन्तर्बन्ध इत्यमिधीयते ॥४७  
द्रष्टा दृश्यवशाद्वद्वो दृश्याभावे विमुच्यते ।  
जगत्स्वमहमित्यादिसर्गात्मा दृश्यमुच्यते ॥४८  
मनसेवेन्द्रजालश्रीर्जागती प्रवितन्यते ।  
यावदेतत् सम्भवति तावन्मोक्षो न विद्यते ॥४९  
ब्रह्मणा तन्यते विश्वं मनसैव स्वयंभुवा ।  
मनोमयमतो विश्वं वज्राम परिदृश्यते ॥५०  
न बाह्ये नापि हृदये सद्रूपं विद्यते मनः ।  
यदर्थं प्रतिभानं तन्मन इत्यमिधीयते ॥५१  
संकल्पन मनो विद्धि संकल्पस्तत्र विद्यते ।  
यत्र संकल्पनं तत्र मनोऽस्तीत्यवगम्यताम् ॥५२  
संकल्पमनसी भिन्ने न कदाचन केन चित् ।  
संकल्पजाते गलिते स्वरूपमवशिष्यते ॥५३  
अहं त्वं जगदित्यादौ प्रशान्ते दृश्यसंभ्रमे ।  
स्यात्तादृशी केवलता दृश्ये सत्तामुपागते ॥५४  
महाप्रलयसम्पत्तौ ह्यसत्तां समुपागते ।  
अशेषदृश्ये सर्गादौ शान्तमेवावशिष्यते ॥५५  
अस्त्यनस्तमितो भास्वानजो देवो निरामयः ।  
सर्वदा सर्गकृत् सर्गः परमात्मेत्युदाहृतः ॥५६  
यतो वाचो निवर्तन्ते यो मवतैरवगम्यते ।  
यस्य चात्मादिकाः संज्ञाः कल्पिता न स्वभावतः ॥५७

परार्थों को अपना देखने वाली सर्वात्ममयी वेदना का जब आविर्भाव होता है तब दिना और काल के रूप में विस्मृत हुआ विश्व

चिद्रूपात्मक ही लगता है । इस प्रकार आत्मा जहाँ जिस रूप में उल्लास को प्राप्त होता है, वहाँ उसी रूप में अवस्थित होकर तद्रूप में स्थित हो जाता है । सुषुप्ति में विलीनावस्था को प्राप्त हुये स्वप्न की भाँति यह सम्पूर्ण स्थावर और जङ्गम दृश्य-जगत प्रलय काल में नष्ट हो जाता है । ज्ञानीजन इस आत्मा को परब्रह्म, सत्य स्वरूप तथा यज्ञ स्वरूप बतलाते हैं । जैसे कङ्कण शब्द की स्वर्ण से पृथक् कुछ सत्ता नहीं है, वैसे जगत भी परब्रह्म है, उसकी पृथक् कोई सत्ता नहीं है । परब्रह्म ने ही अपने इस रूप को जगत रूप माया में परिवर्तित किया है । द्रष्टा जब दृश्य में अन्तर्भूत हो जाय तभी वन्धन हो जाता है । दृश्य के बन्धी-भूत होकर ही द्रष्टा वन्धन में पड़ता है और दृश्य के न होने पर ही मोक्ष है । संसार की 'तेरा-मेरा' रूप भाव वाली सृष्टि ही दृश्य है । संसार में सम्पूर्ण प्रपञ्च रूप माया मन के द्वारा ही प्रवृद्ध होती है । जब तक मानसिक कल्पना नष्ट नहीं होती, तब तक मुक्ति का मार्ग दिखाई नहीं देता । स्वयं आविर्भूत ब्रह्मा ने इस विश्व की मानसिक कल्पना द्वारा रचना की है । इस छिये यह दिखाई पड़ने वाला विश्व मनोमय ही समझना चाहिये । बाह्यभ्यन्तर कहीं भी यह मन सद्रूप में अनावस्थित है । विषयों का बोध होना ही मन कहा गया है । संकल्प ही मन का स्वरूप है क्योंकि वह संकल्प में ही रम रहा है । अतः संकल्प को ही मन समझना चाहिये । आज तक कोई भी संकल्प और मन को प्रथक् नहीं कर सका । सभी संकल्पों के विनष्ट होने पर आत्मस्वरूप ही शेष रहता है । विश्व 'मैं' और 'तू' इत्यादि इस दिखाई पड़ने वाले प्रपञ्च के प्रस्रान्त होने पर जब दृश्य का परतत्त्व हो जाता है तभी कैवल्य की प्राप्ति मानी जाती है । महाप्रलय काल में जब दृश्य में सत्ता का अभाव हो जाता है, तब केवल शान्त आत्मा ही अवस्थित रहता है । जो आत्मरूपी सूर्य अस्त को कभी प्राप्त नहीं होता तथा जो सब दोषों से परे, देव स्वरूप है, जिसमें जाकर वाणी लीट जाती है, उस सर्वकर्ता और सर्व रूप के ज्ञाता मुक्त पुरुष ही है । जिनकी आत्मा एवं रूपों की

कल्पना जाती है, वे स्वभावतः रूप रहित ब्रह्म ही परमात्मा कहे जाते हैं ॥४२-५७॥

चित्ताकाशं चिदाकाशमाकाशं च तृतीयकम् ।  
 द्वाभ्यां शून्यतरं विद्धि चिदाकाशं महामुने ॥५८॥  
 देशाद्देशान्तरप्राप्तौ संविदो मध्यमेव यत् ।  
 निमेषेण चिदाकाशं तद्विद्धि मुनिपुङ्गव ॥५९॥  
 तस्मिन् निरस्तनिःशेषसंकल्प स्थितिमेषि चेत् ।  
 सर्वात्मकं पदं शान्तं तदा प्राप्नोष्यसंशयः ॥६०॥  
 उदितौदार्यसौन्दर्यनैराग्यरसगभिणी ।  
 आनन्दस्यन्दिनी यैषा समाधिरभिधीयते ॥६१॥  
 दृश्यासंभवबोधेन रागद्वेषादित्तानवे ।  
 रतिरर्बलोदिता याऽसौ समाधिरभिधीयते ॥६२॥  
 दृश्यासंभवबोधो हि ज्ञानं ज्ञेयं चिदात्मकम् ।  
 तदेव केवलीभावं ततोऽन्यत् सकलं मृषा ॥६३॥  
 मत्त ऐरावती बद्धः सर्पपीकोणकोटरे ।  
 मशकेन कृतं युद्धं सिंहीघैरणुकोटरे ॥६४॥  
 पद्माक्षे स्थापितो मेरुनिगीर्णो भृङ्गसूनुना ।  
 निदाघ विद्धि तादृक् त्वं जगदेतद्भ्रमात्मकम् ॥६५॥  
 चित्तमेव हि संसारो रागादिक्लेशदूषितम् ।  
 तदेव तैर्विनिमुक्तं भवान्त इति कथ्यते ॥६६॥  
 मनसा भाव्यमानो हि देहतां याति देहकः ।  
 देहवासनया मुक्तो देहधर्मेन लिप्यते ॥६७॥  
 कल्पं क्षणीकरोत्यन्तः क्षणं नयति कल्पताम् ।  
 मनोविलासः संसार इति मे निश्चिता मतिः ॥६८॥  
 आकाश तीन माने गये हैं । चित्ताकाश, चिदाकाश और भौतिक-  
 आकाश । चिदाकाश इन सब में सूक्ष्मतर है । एक देश से दूसरे देश को

गमन करने पर जो मध्य में चित्त का व्यवधान है, उसके निमेष से चिदाकाश ही शेष रहता है। उसी चिदाकाश में समस्त संकल्पों को सत्ताहीन करके स्थित होने पर सर्वात्मक शान्त पद की प्राप्ति हो जाती है। चिदाकाश में अवस्थित होने पर उदारता और वैराग्य से सम्पन्न सर्वानन्दमयी अवस्था की उपलब्धि ही समाधि कही जाती है। उस समय दृश्य पदार्थों की शून्यता का बोध होने पर राग-द्वेषादि दोषों के नष्ट होने पर समाधि अवस्था प्राप्त होती है। उस समय अभ्यास की शक्ति से एकाग्र चित्त में रमण करने की क्षमता उत्पन्न हो जाती है। दृश्य की सत्ता के अभाव का बोध ही ज्ञान है। उसे ही चिदात्मक ज्ञेयत्व कहते हैं। उसे ही आत्म कैवल्य मानना चाहिये, उससे भिन्न सब प्रपञ्च मिथ्या हैं। जैसे एक घूलिकण के विल में मच्छरों का सिंहीं के साथ युद्ध करना सम्भव नहीं है और मदोन्मत्त ऐरावत का सरसों के एक कोण छिद्र में बाँधा जाना सम्भव नहीं है तथा कमल की पंखुड़ी में स्थित सुमेर का भ्रमर के बालक द्वारा निगला जाना मिथ्या गाथा है, वैसे ही यह विश्व अस्तित्व में नहीं आ सकता, इसकी सत्ता भ्रमात्मक है। राग-द्वेष आदि से दोषयुक्त हुआ चित्त ही संसार रूप है, उसके दोषों से मुक्त हो जाने पर ही मोक्ष की प्राप्ति होना कहा जाता है। मन जब देह की भावना करता है तब आत्मा देहात्मक बनता है और जब देह रूप वासना का लोप हो जाता है, तब वह देह धर्म से लिप्त नहीं होता। मन ही कल्प को क्षण तथा क्षण को कल्प बना देता है। अतः मेरे विचार से यह विश्व मन की कल्पना मात्र ही है ॥५८-६८॥

नाविरतो दुश्चरितान्नाशांतो नासमाहितः ।

नाशांतमानसो वाऽपि प्रज्ञानेन नमाप्नुयात् ॥६९॥

तद्ब्रह्मानन्दमद्वन्द्वं निर्गुणं सत्यचिद्ब्रह्म ।

विदित्वा स्वात्मनो रूपं न विभेति कदाचन ॥७०॥

परात् परं यन्महतो महान्तं स्वरूपतोमयशाश्वतं शिवम् ।

कविं पुराणं पुरुषं सनातनं सर्वेश्वरं सर्वदेवैरूपास्यम् ॥७१  
 अहं ब्रह्मेति नियतमोक्षहेतुमंहात्मनाम् ।  
 द्वे पदे बन्धमोक्षाय निर्मममिति ममेति च ।  
 ममेति बध्यते जन्तुनिर्ममेति विमुच्यते ॥७२  
 जीवेश्वरादिरूपेण चेतनाचेतनात्मकम् ।  
 ईक्षणादिप्रवेशान्ता सृष्टिरीशेन कल्पिता ।  
 जाग्रदादिविमोक्षान्तः संसारो जीवकल्पितः ॥७३  
 त्रिणाचिकादियोगान्ता ईश्वरभ्रान्तिमाश्रिताः ।  
 लोकायतादिसंख्यानान्ता जीव विभ्रान्तिमाश्रिताः ॥७४  
 तस्मान्मुमुक्षुभिर्नैव मतिर्जीवेशवाद्योः ।  
 कार्या किंतु ब्रह्मतत्त्वनिश्चयेन विचार्यताम् ॥७५  
 अविशेषेण सर्वं तु यः पश्यति चिन्दवयात् ।  
 स एव साक्षाद्विज्ञानी स शिवः स हरिर्विधिः ॥७६  
 दुर्लभो विषयत्यागो दुर्लभ तत्त्वदर्शनम् ।  
 दुर्लभा सहजावस्था सद्गुरोः करुणां विना ॥७७  
 उत्पन्नशक्तिबोधस्य त्यक्तनिःशेषकर्मणः ।  
 योगिनः सहजावस्था स्वयमेवोपजायते ॥७८  
 यदा ह्येवैष एतस्मिन्नल्पमप्यन्तरं नरः ।  
 विजानाति तदा तस्य भयं श्यान्नात्र सशयः ॥७९  
 सर्वगं सच्चिदानन्दं ज्ञानचक्षुर्निरीक्षते ।  
 अज्ञानचक्षुर्नैकेत भास्वतं भानुमन्धवत् ॥८०  
 प्रज्ञानमेव तद्ब्रह्म सत्यप्रज्ञानक्षणम् ।  
 एवं ब्रह्मापरिज्ञानादेव मर्त्योऽमृती भवेत् ॥८१  
 भिद्यते हृदयग्रन्थिश्छिद्यन्ते सर्व संशयाः ।  
 क्षीयन्ते चास्य कर्माणि तस्मिन् दृष्टे परावरे ॥८२



जो मनुष्य एकाग्रचित्त अथवा शान्त मन वाला नहीं है तथा जो विपरीत आचरण में विरक्त नहीं हुआ है, उसे आत्मबोध कभी नहीं हो सकता। उत्कृष्ट कैवल्य ज्ञान ही आत्मसाक्षात्कार का एकमात्र साधन है। उस निर्गुण, सत्यस्वरूप, द्रष्टावीत विद्वान और आनन्दमय ब्रह्म को अपना ही रूप मान लेने वाला पुरुष कभी भयभीत नहीं होता। “मैं वह ब्रह्म हूँ जो सदा देवताओं का भी उपास्य देव है, जो श्रेष्ठ से भी श्रेष्ठतर, महान से भी महान, शाश्वत, कल्याणमय, परमतेजोमय, सर्वज्ञ, सनातन एवम् पुराण पुरुष है।” इस प्रकार की भावना ही मोक्ष प्राप्ति का श्रेष्ठ कारण है। मनता बन्धन का कारण है और ममता का परित्याग ही मोक्ष है। यही दो कारण प्राणी के लिये बन्धन अथवा मुक्ति स्वरूप हैं। ब्रह्म संकल्प से लेकर संकल्प त्याग पर्यन्त यह सम्पूर्ण जड़चेतनात्मक सृष्टि की कल्पना ईश्वर ने की है और जाग्रत अवस्था से मोक्ष प्राप्ति पर्यन्त समस्त संसार प्राणी के द्वारा ही कल्पित हुआ है। कठोपनिषद् के अन्तर्गत त्रिणाविकेतनाग्नि से श्वेताश्वर के योग पर्यन्त के ज्ञान का आधार ईश्वरीय भ्रान्ति है और चार्वाक-के मत से लेकर कपिल को सांख्य सिद्धान्त तक की दार्शनिकता का आधार जीव की भ्रान्ति है। इसलिये जो पुरुष मुक्ति की कानना करता है, वह जीव और ईश्वर के वादविवाद में अपनी बुद्धि को भ्रमित न करे। उसे तो दृढ़तापूर्वक ब्रह्मसत्त्व का ही मनन करना चाहिये। जानी पुरुष वही है जो दिखाई देने वाले सम्पूर्ण विश्व को निविशेष चिद् रूप मानता हो। शिव, ब्रह्मा और विष्णु भी वही है। विषयों का त्याग जितना दुर्लभ है, उतना ही दुर्लभ तत्त्वज्ञान प्राप्त करना है। सद्गुरु की कृपा के बिना सहजावस्था की प्राप्ति सम्भव नहीं है। जिसने अपनी बोधप्रद शक्ति को जगा लिया है और सब कर्मों का त्याग कर डाला है, ऐसा योगी स्वयं ही सहजावस्था को प्राप्त हो जाता है। जब तक इसमें किञ्चित भी भिन्नता रहती है, तब तक उसे भय ही भय है। सर्वमय सच्चिदानन्द के दर्शन की अभिलाषा हो तो ज्ञान के चक्षुओं से उनके दर्शन किये जा

सकते हैं । जिसके पास ज्ञान के चक्षु नहीं, उस अन्वे मनुष्य को प्रकाश-मान सूर्य के दर्शन न होने के समान ही परब्रह्म के दर्शन नहीं होते । वही ब्रह्म प्रज्ञान रूप है, सत्य का लक्षण भी प्रज्ञान ही है । मरणधर्मा मनुष्य ब्रह्म के ज्ञान से ही अमरत्व को पाता है । वह ब्रह्म कार्य कारण रूप है, उसका साक्षात्कार होते ही प्राणी के सब संशय दूर होते और कर्मों का क्षय हो जाता है तथा इसी से हृदय-ग्रन्थियां भी स्वयं खुल जाती हैं ॥६९-८२॥

अनात्मतां परित्यज्य निर्विकारो जगत्स्थितौ ।

एकनिष्ठतयाऽन्तःस्थसंविमात्रपरो भव ॥८३॥

मरुभूमौ जलं सर्वं मरुभूमात्रमेव तत् ।

जगत्त्रयमिदं सर्वं चिन्मात्रं स्वविचारतः ॥८४॥

लक्ष्यालक्ष्यगतिं त्यक्त्वा यस्तिष्ठेत् केवलात्मना ।

शिव एव स्वयं साक्षादयं ब्रह्माविदुत्तमः ॥८५॥

अधिष्ठानमनोपम्यमवङ् मनसगोचरम् ।

नित्यं विभुं सर्वगतं सुसूक्ष्मं च तदव्ययम् ॥८६॥

सर्वं शक्तेर्महेशस्य विलासो हि मनो जगत् ।

संयमासंयमाभ्यां च सांसार शान्तिमन्वगात् ॥८७॥

हे पुत्र ! सांसारिक स्थिति में निर्विकार भाव से अनात्म के त्यागपूर्वक, आत्म चैतन्य में ही रमते रहो । जैसे मरुभूमि में भ्रमपूर्वक दिखाई देने वाला जल केवल स्थल ही रहता है, वैसे ही जाग्रत, स्वप्न और सुषुप्तावस्था वाला यह सम्पूर्ण संसार आत्म चित्तन द्वारा चिन्मय की समझना चाहिये । श्रेष्ठ ज्ञानी एवं शिव रूप वही प्राणी है जो लक्ष्यालक्ष बुद्धि का त्याग कर केवल आत्मनिष्ठ हो जाता है । संयम और असंयम के द्वारा सांसारिक प्रपञ्च शान्त हो जाता है, क्योंकि यह विश्व सर्व शक्तिमान महान् ब्रह्म का मनोविलास ही है । इसका अधिःष्ठान अनुपम है, सूक्ष्मातिसूक्ष्म तथा अव्यय स्वरूप है ॥८३-८७॥

मनोव्याघेश्चिकित्साऽर्थमुपायं कथयामि ते ।  
 यद्यत् स्वाभिमतं वस्तु तत्त्यजन् मोक्षमश्नुते ॥८८  
 स्वायत्तमेकान्तहितं स्वेप्सितत्यागवेदनम् ।  
 यस्य दुष्करतां यातं धिक्तं पुरुषकोटकम् ॥८९  
 स्वपौरुषैकसाध्येन स्वेप्सितत्यागरहिणा ।  
 मनः प्रशममात्रेण विना नास्ति शुभा गतिः ॥९०  
 असंकल्पनशस्त्रैण छिन्नं चित्तमिदं यदा ।  
 सर्वं सर्वगतं शान्तं ब्रह्म संपद्यते तदा ॥९१  
 भवभावनया मुक्तो युक्ताः परमवा धिया ।  
 धारयात्मानमव्यग्रो ग्रस्तचित्तं चित्तः पदम् ॥९२  
 परं पौरुषमाश्रित्य नीत्वा चित्तमचित्तात् ।  
 ध्यानतो हृदयाकाशे चित्ति चिच्चक्रधारया ।  
 मनो मारय निःशङ्कं त्वां प्रवर्धन्ति नारयः ॥९३  
 अयं सोऽहमिदं तन्मे एतावन्मात्रकं मनः ॥  
 तदभावनमात्रेण दात्रेणेव विलूयते ॥९४  
 छिन्नाभ्रमण्डलं व्योम्नि तथा शरदि धूयते ।  
 वातेनाकल्पकेनैव तथाऽन्तर्धूर्यते मनः ॥९५  
 कल्पान्तपवना वान्तु वान्तु चैकत्वमर्णवाः ।  
 तपन्तु द्वादशादित्या नास्ति निर्मनसः क्षतिः ॥९६  
 असंकल्पनमात्रैकसाध्ये संकलासद्धिते ।  
 असंकल्पातिसाम्राज्ये तिष्ठावष्टब्धतत्पदः ॥९७  
 न हि चञ्चलताहीनं मनः क्वचन दृश्यते ।  
 चञ्चलत्वं मनोधर्मो बह्वेधर्मो यथोष्णता ॥९८  
 एषा हि चञ्चला स्पन्दशक्तिश्चित्तत्वसंस्थिता ।  
 तां विद्धि मानसीं शक्तिं जगदाडम्बरात्मिकाम् ॥९९  
 यत्तु चञ्चलताहीनं तन्मनोऽमृतमुच्यते ।

तदेव च तपः शास्त्रसिद्धान्ते मोक्ष उच्यते ॥१००

तस्य चंचलता यैषा त्वविद्या वासनात्मिका ।

वासनाऽपरनाम्नीं तां विचारेण विनाशय ॥१०१

मन में उत्पन्न हुए विकार का उपाय मैं तुम्हारे प्रति कहता हूँ।  
जिन-जिन वस्तुओं की प्राप्ति के लिये यह मन चञ्चल हो उन-उन वस्तुओं का त्याग कर देना मोक्ष का एक सरल साधन है। जिसके लिए इच्छित वस्तु के त्याग की भावना, एकान्त प्रियता और आत्मा की आधीनता दुष्कर है, वह पुरुष रूप कीड़ा विकार का ही पात्र है। अपनी इच्छित वस्तु का अपने प्रयत्न से त्याग करना ही मन की शान्ति का श्रेष्ठ उपाय है। इसके सिवा अन्य गति नहीं है। संकल्प शून्यता रूपी अस्त्र जब इस चित्त को काट डालता है, तब सर्वरूप, सर्व अन्तर्गामी परमब्रह्म प्राप्त होते हैं। इसलिए प्रपंच की भावना का त्याग कर श्रेष्ठ बुद्धि वाले होओ और मन को नियन्त्रित कर चिन्मात्र में स्थित हो जाओ। वैराग्य के आश्रम और अभ्यास के सहारे चित्त को अचिरा-वस्था में स्थित कर हृदयाकाश में ध्यान करे और चेतन में निरत चित्त रूपी चक्र की तीक्ष्ण धार से मन का दमन कर डाले। ऐसा करने से शंका नष्ट हो जायेगी और काम आदि शत्रु बन्धन में न डाल सकेंगे। तेरा मेरा की भावना ही मन है और जब इनका त्याग कर दिया जाता है तब मन का स्वतः नाश हो जाता है। जैसे शरद् ऋतु में छिन्न भिन्न हुए बादल वायु की ठोकरें खाकर आकाश में ही लव हो जाते हैं, वैसे ही सद्विचारों के द्वारा मन भी लीन हो जाता है। मन से रहित पुरुष को कोई हानि नहीं हो सकती, चाहे सम्पूर्ण समुद्र एक होकर सर्वत्र जलमयी सृष्टि ही क्यों न कर दें, चाहे प्रलयकालीन उपन्धासों पवन वेग पूर्वक क्यों न बहने लगें, चाहे बारहों आदित्य मिलकर घोर उष्णता क्यों न उत्पन्न कर डालें। केवल संकल्पहीनता ही सम्पूर्ण सिद्धियों का साधन है। अतः संकल्पहीनता में मग्न होकर रहो। जैसे अग्नि का

धर्म उष्णता है, वैसे ही मन का धर्म चञ्चलता है, इसलिये सर्वत्र चञ्चल मन ही दृष्टिगोचर होता है । यही चञ्चल स्वभाव वाली स्पन्दन शक्ति चित्त का धर्म है । इस शक्ति को विश्व प्रपञ्च का ही रूप जाने । चञ्चलता रहित मन ही तप है, वह अमृत स्वरूप है, शास्त्र उसे मोक्ष कहते हैं । मन की चञ्चलता ही अविद्या है, वासना उसका लक्षण है । वह वासना ही शत्रु के समान है । विचार बाव् पुरुषों का कर्तव्य है कि वे उस वासना को ही नष्ट करने का प्रयत्न करे ॥८८—१०१॥

पौरुषेण प्रेयत्नेन यस्मिन्नेव पदे मनः ।

योज्यते तत् पदं प्राप्य निर्विकल्पो भवानघ ॥१०२

अतः पौरुषमाश्रित्य चित्तमाक्रम्य चेतसा ।

विशोकं पदमालम्ब्य निरातङ्कः स्थिरो भव ॥१०३

मन एव समर्थ हि मनसो दृढनिग्रहे ।

अराज्ञा कः समर्थः स्याद्राज्ञो निग्रहकर्मणि ॥१०४

तृष्णाग्राहगृहगृहीतानां संसारावर्णवपातिनाम् ।

आवर्तैरुह्यमानानां दूरं स्वमन एव नौः ॥१०५

मनसैव मनश्छित्वा पाशं परमबन्धनम् ।

भवादुत्तारयात्मानं नासावन्येन तार्यते ॥१०६

या यादेति मनोनाम्नी वासना वासितान्तरा ।

तां तां परिहरेत् प्राज्ञस्ततोऽविद्याक्षयो भवेत् ॥१०७

भोगैकवासनां त्यक्त्वा त्यज त्वं भेदवासनाम् ।

भावभावाौ ततस्त्यक्त्वा निर्विकल्पः सुखी भव ॥१०८

एष एव मनोनाशस्त्वविद्यानाश एव च ।

तत्तात् संवेद्यते किञ्चित् तत्रास्थापरिवर्जनम् ।

अनास्थैव हि निर्वाणं दुःखमास्थापरिग्रहः ॥१०९

अविद्या विद्यमानैव नष्टप्रज्ञेषु दृश्यते ।

नाम्नैवांगीकृताकारा सम्यक्प्रज्ञस्य सा कुतः ॥११०

तावत् संसारभृगृषु स्वात्मना सह देहिनम् ।  
 आन्दोलयति नीरन्द्रदुःखकण्टकशालिषु ॥१११  
 अविद्या यावदस्यास्तु नोत्पन्ना क्षयकारिणी ।  
 स्वयमात्मावलोकेच्छा मोहसं क्षयकारिणी ॥११२  
 अस्याः परं प्रपश्यन्त्याः स्वात्मनाशः प्रजायते ।  
 दृष्टे सर्वगते ओघे स्वयं ह्येषा विलीयते ॥११३  
 इच्छामात्रमविद्येयं तन्नाशी मोक्ष उच्यते ।  
 स चांसकल्पमात्रेण सिद्धो भवति वै मुने ॥११४

हे मुने ! जिस उद्देश्य में अपने मन को लगाओ उसे प्राप्त करने के लिए निर्विकल्प समाधि को पावो । चित्त को चित्त से वशीभूत करो और शोक रहित रहते हुए आतंक से दूर रहकर शान्ति प्राप्त करो । विषयों से रहित मन ही मन का पूर्ण विरोध कर सकता है । जो राजा राज्य पर आसीन है, वही किसी राजा को पराजित करने में सफलता प्राप्त करता है । जो तृष्णारूपी ग्राह द्वारा ग्रहण किए हुए हैं, जो संसार सागर में गिरकर किनारे पर आने से असमर्थ हो चुके हैं तथा भँवर जाल में पड़ गये हैं, उनकी रक्षा के कार्य में विषय-विकारों से शून्य मन ही समर्थ है । वही नीका रूप होकर उन्हें पार लगा सकता है । हे मुने ! ऐसे अत्यन्त सामर्थ्य वाले मन के द्वारा इस घोर बन्धन रूप मानसिक पाश को खण्ड-खण्ड कर डालो और स्वयं ही इस संसार समुद्र से पार हो जाओ क्योंकि दूसरा कोई इस समुद्र से पार नहीं कर सकता । जब जब अन्तःकरण को अच्छादित करने वाली मन रूपी वासना का प्रादुर्भाव हो, तब तब उसका त्याग करना बुद्धिमान पुरुष का कर्तव्य है । ऐसा करने से अविद्यारूप अन्वकार नष्ट हो जाता है । प्रथम भोग रूप वासना त्यागनी चाहिए, फिर भेद रूप वासना और उसके पश्चात् भाव अभाव दोनों का ही त्याग कर देना उचित है, इससे हे पुत्र ! तुम विकल्प रहित और सुखी होओ । मन का नाश ही अविद्या का

नाश होना है । मन के द्वारा जो कुछ भी अनुभव में आवे, उसमें चित्त को मत रमने दो । आस्था का त्याग करना ही मुक्ति है और आस्था के आश्रित रहना ही साक्षात् दुःख है । जो प्रज्ञावान हैं, उनमें अविद्या का स्पर्श भी नहीं होता । उनसे अविद्या दूर ही रहती है । यह प्रज्ञाहीन पुरुषों में ही विद्यमान रहती है । यह संसार रूपी भ्रमजाल दुःख रूप कण्टकों से ओत-प्रोत है और इसे नष्ट करने वाली आत्मसाक्षात्कार की इच्छा जब तक बलवती नहीं होती, तब तक अविद्या इन देहों को निरन्तर भ्रमाती रहती है । जब वह अविद्या परतत्त्व की ओर से देखती है, तब वह स्वयं ही विनष्ट हो जाती है । सर्वात्मबोध के दर्शन होते ही अविद्या स्वयं ही छिप जाती है । उस अविद्या का स्वरूप केवल इच्छा का नष्ट होना ही मोक्ष कहा गया है । परन्तु इच्छा नष्ट तभी होती है जब संकल्पों का नाश हो जाय अन्यथा इच्छानाश सम्भव नहीं है ॥१०३—११४॥

मनागपि मनोव्योम्नि वासनारजनीक्षये ।

कालिका तनुतामेति चिदादित्यावलोकनात् ॥११५

चैत्यानुपांत रहितं सामान्येन च सर्वगम् ।

यच्चित्तत्त्वमनाख्येयं स आत्मा परमेश्वरः ॥११६

सर्वं च खल्विदं ब्रह्म नित्यचिद्घनमक्षतम् ।

कल्पनाऽन्या मनोनाम्नी विद्यते व हि काचन ॥११७

न जायते न म्रियते किञ्चिदत्र जगत्त्रये ।

न च भावविकाराणां सत्ता वचन विद्यते ॥११८

केवलं केवलाभासं सर्वसामान्यमक्षतम् ।

चैत्यानुपातरहितं चिन्मात्रमिह विद्यते ॥११९

तस्मिन् नित्ये तते शुद्धे चिन्मात्रे निरुपद्रवे ।

शान्ते शमसमाभोगे निर्विकारे चिदात्मनि ॥१२०

यैषा स्वभावाभिमतं स्वयं सकं प्य धावति ।

चिच्चैतयं स्वयमम्ला नमनाम्न उच्यते ॥१२१॥

कलि रूपी अन्धकार को नष्ट करने के लिये चित्त रूपी आकाश में वासना रूपी रात्रि के क्षीण होने और चेतना रूपी सूर्य के प्रकाशित होने की आवश्यकता है । चित्त जब विषयों का सङ्ग छोड़ देता है और सब ओर गमन करने वाला हो जाता है, तब उसकी वह अवस्था अनिर्वचनीय होती है । अर्थात् ही यह ब्रह्म है, यही अव्यय, नित्य एवं चिद्रूप है । इससे भिन्न जो मन नाम की कल्पना की जाती है, उसका कहीं अस्तित्व नहीं है । वह तो केवल भ्रम ही है । यह भी दृश्य विकार अस्तित्वहीन है । इस जगत् में कोई न जन्म लेता है और न कोई मृत्यु को प्राप्त होता है । यह सभी मिथ्या है । केवल सर्वव्याप्त, अव्यय, आभास रूप एवं चित्त के विकारों के अनुगत न होने वाले चिन्मात्र आत्मा का ही यहाँ अस्तित्व है । वह चिदात्मा नित्य, व्यापक, उपद्रव रहित, शान्त शुद्ध स्वरूप और निर्विकार भाव से शम रूप में स्थित है, उसमें जो चित्त स्वयं ही सङ्कल्पपूर्वक जाता है, चित्त की वही सङ्कल्प रूप अवस्था स्वयं निर्दोष होते हुये भी मन मन कही जाती है । इसलिए मन सङ्कल्प के द्वारा ही नष्ट हो जाता है ॥ ११५-१२१ ॥

अतः संकल्पसिद्धेयं संकल्पेनैव नश्यति ।

नाहं ब्रह्मेति संकल्पात् सुदृढाद्वध्यते मनः ।

सर्वं ब्रह्मेति संकल्पात् सुदृढान्मुच्यते मनः ॥१२२॥

कृशोऽहं दुःखबद्धोऽहं हस्तपादादिमानहम् ।

इति भावानुरूपेण व्यवहारेण बध्यते ॥१२३॥

नाहं दुर्खी न मे देहो बन्धः कोऽस्यात्मनि स्थितः ।

इति भावानुरूपेण व्यवहारेण मुच्यते ॥१२४॥

नाहं मांसं न चास्थीनि देहादन्यः परोऽस्म्यहम् ।

इति निश्चितवाननन्तः क्षीणाविद्यो विमुच्यते ॥१२५॥

कथियतेयमविद्येयमनात्मन्यात्मभावनात् ।



परं पीरुषमाश्रित्य यत्नात् परमया धिया ।  
 भोगेच्छां दूरस्तस्त्यक्त्वा निर्विकल्पः सुखो भव ॥१२६  
 मम पुत्रो मम धनमहं सोऽयमिदं मम ।  
 इतीयसिन्द्रजालेन वासनैव विवल्गति ॥१२७  
 मा भवाज्ञो भव ज्ञस्त्वं जहि संसारभावनाम् ।  
 अनात्मन्यात्मभावेन किमज्ञ इव रोदिषि ॥१२८  
 कस्तवायं जडो मूको देहो मांसमयोऽशुचिः ।  
 मदर्थं सुखदुःखाम्यामवशः परिभूयसे ॥१२९  
 अहो नू चित्रं यत् सत्यं ब्रह्म तद्विस्मृतं नृणाम् ।  
 तिष्ठतस्तव कार्येषु माऽस्तु रागानुरञ्जनम् १३०  
 अहो नू चित्रं पद्मोत्थैर्वद्धास्तन्तुभिरद्रयः ।  
 अविद्यमाना याऽविद्या मया विश्वं खिलीकृतम् ।  
 इदं तद्वज्रतां यातं तृणमात्रं जगत्त्रयम् ॥१३१

अपने को ब्रह्म न मानना अथवा ब्रह्म से भिन्न मानना ही मन को बन्धन में डालने वाला है। इसके विपरीत 'ब्रह्म ही सब कुछ है' ऐसा सङ्कल्प मन को मुक्त कर देता है। अपने शरीर की चिन्ता करने और सांसारिक बातों पर ध्यान देने से ही प्राणी बन्धन में पड़ जाता है। परन्तु देह की चिन्ता से मुक्त और सांसारिक बातों से परे रहने वाला प्राणी सदा मुक्त रहता है। जो अपने को मांस-रक्त का पुतला न मानकर उससे भिन्न होने का भाव रखे, उसके अन्तःकरण से अविद्या का क्षय हो जाता है और वही प्राणी मुक्ति को प्राप्त होता है। अनात्म पदार्थों में आत्म-भाव रहना ही अविद्या जनित कल्पना है। इससे परे जो पुरुष अभ्यास और वैराग्य के सहारे से बुद्धिपूर्वक भोगेच्छा का यत्नात् दमन कर निर्विकल्प हो जाता है, वही सुखी है। मेरा रूप ममत्व वासना का ही रूप है तथा यह सब माया का ही खेल समझना

चाहिये, इसलिये सांसारिक मोह ममता रूप विकारों का त्याग कर देना चाहिये । हे पुत्र ! तुम अज्ञानी न बनो, अनात्म पदार्थ में आत्म-भावना करके रोना ही मूर्खता है । यह जड़ देह तुम्हारा कोई भी नहीं है । यह तो मांस-पिण्ड मात्र है । घोर अपवित्र और मूक है, इसके लिए व्यर्थ ही क्यों दुःख-सुख के चक्र में पड़े हो । कितना आश्चर्य है कि लोग परम सत्य ब्रह्म को भुला कर देह रूप जाल में फँस रहे हैं । हे मुने ! तुम ज्ञानवाञ्छु होओ । कर्तव्य कर्मों में लग कर भी मन को उन कर्मों में कभी भी लिप्त न होने दो । जो अविद्या अस्तित्वहीन है, उसी के द्वारा यह संसार अभिभूत हो रहा है मानो कमलनाल के तन्तुओं को रस्सी मानकर उनसे पर्वत बांध दिये गये हों । तृण के समान जाग्रत, स्वप्न सुषुप्तावस्था वाला विश्व उस अविद्या के प्रभाव से ही वज्र के समान हो गया है ॥ १२२-१३१ ॥

॥ चतुर्थ अध्याय समाप्त ॥

### पंचम अध्यायः

अथापरं प्रवक्ष्यामि शृणु तात यथातथम् ।  
 अज्ञानभूः सप्तपदा ज्ञभू सप्तपदैव हि ॥१॥  
 पदान्तराण्यसंख्यानि प्रभवन्त्यन्यथैतयोः ।  
 स्वरूपावस्थितिर्मुक्तिस्तद्भ्रंशोऽहंत्ववेदनम् ॥२॥  
 शुद्धसन्मात्रसंवित्तः स्वरूपान्न चलन्ति ये ।  
 रागद्वेषादयो भावास्तेषां नाज्ञत्वसंभावाः ॥३॥  
 यः स्वरूपपरिभ्रंशश्चैत्यर्थे चित्तिमज्जनम् ।  
 एतस्मादपरो मोहो न भूतो न भविष्यति ॥४॥  
 अर्थादर्थान्तरं चित्ते याति मध्ये तु या स्थितिः ।  
 सा ध्वस्तमननाकारा स्वरूपस्थितिरुच्यते ॥५॥

संशान्तसर्वसंकल्पा या शिलावदवस्थितिः ।

जाग्रन्निद्राविनिर्मुक्ता सा स्वरूपस्थितिः परा ॥६॥

अहन्तांशे क्षते शान्ते भेद निष्पन्दचित्तता ।

अजडा या प्रचकति तत्स्वरूपमितीरितम् ॥७॥

ऋषिवर ऋभु कहते रहे—हे पुत्र ! मेरे वचनों को ध्यानपूर्वक सुनो । ज्ञान और अज्ञान दोनों की सात-सात भूमिकायें हैं । इनके मध्य में अन्य असंख्य भूमिकायें प्रकट होती हैं । अहंभाव स्वरूप के गिराने वाला है और स्वरूप में अवस्थित होने को ही मुक्ति कहा गया है । शुद्ध सत्ता रूप संवित् आत्मा का रूप है, जो उससे हटती नहीं, उन्हें अज्ञान जनित राग द्वेष आदि दोषयुक्त विकार व्याप्त नहीं कर पाते । स्वरूप से गिरकर वासना के पीछे जो चित् में डूबना कहा गया है, उससे अधिक कोई अन्य मोह न हुआ और न कभी होगा । एक से दूसरे विषय में गमन करने वाले मन के मध्य में स्थित होने को अवस्तमनन का रूप समझा जाता है । परन्तु संकल्पों के भले प्रकार शान्त हो जाने पर जो पापाणवत् निश्चेष्ट स्थिति होती है, उसे ही परा स्वरूप स्थिति कहते हैं । यह स्वरूप स्थिति शान्त, चेतन एवं भेदभाव रहित चित्त की अवस्था वाली होती है ॥ १-७ ॥

वीज जाग्रत् तथा जाग्रन्महाजाग्रत् तथैव च ।

जाग्रत्स्वप्नस्तथा स्वप्नः स्वप्नजाग्रत सुषुप्तिकम् ॥८॥

इति सप्तविधो मोहः पुनरेव परस्परम् ।

श्लिष्टो भवत्यनेकाग्रं शृणु लक्ष्मणमस्य तु ॥९॥

प्रथमं चेतनं यत् स्यादनाख्यं निर्मलं चित्तः ।

भविष्यच्चित्तजीवादिनामशब्दार्थभाजनम् ॥१०॥

बीजरूपं स्थितं जाग्रद् बीजजाग्रत् तदुच्यते ।  
 एषा ज्ञतेर्न वावस्था त्वं जाग्रत्संस्थिति शृणु ॥११  
 नवप्रसूतस्य परादयं चाहमिदं मम ।  
 इति यः प्रत्ययः स्वच्छस्तज्जाग्रत् प्रागभावनात् ॥११  
 अयं सोऽहमिदं तन्म इति जन्मान्तरोदितः ।  
 पीवरः प्रत्ययः प्रोक्तो महाजाग्रदित स्फुटम् ॥१३  
 अरुढमथवा रूढं सर्वथा तन्मयात्मकम् ।  
 यज्जाग्रतो मनोराज्यं तज्जाग्रत्स्वप्न उच्यते ॥१४  
 द्विचन्द्रशुक्तिकारूप्यमृगतृष्णाऽऽदिभेदतः ।  
 अभ्यासं प्राप्य जाग्रत तन् स्वप्नो नानाविधो भवेत् ॥१५  
 अल्पकालं मया दृष्टमेतन्नोदेति यत्र हि ।  
 परामर्शः प्रबुद्धस्य स स्वप्न इति कथ्यते ॥१८  
 चिरसं दर्शनाभावादप्रफुल्लं बृहद्वचः ।  
 चिरकालानुवृत्तिस्तु स्वप्नो जाग्रदिवोदितः ॥१७  
 स्वप्नजाग्रदिति प्रोक्तं जाग्रत्यपि परिस्फुरत् ।  
 षडवस्थापरित्यागे जडा जीवस्य या स्थितिः ॥१८  
 भविष्यद्दुःखबोधादया सौषुप्तिः सोच्यते गतिः ।  
 जगत् तस्यामवस्थायामन्तस्तमसि लीयते ॥१९  
 सप्तावस्था इमाः प्रोक्ता मयाऽज्ञानस्य वै द्विज ।  
 एकैका शतसंख्याऽत्र नानाविभवरूपिणी ॥२०  
 इमां सप्तपदां ज्ञानभूमिमाकर्णयानघ ।  
 नानया ज्ञतया भूयो मोहपंके निमज्जति ॥२१

बीज जाग्रत अवस्था, जाग्रत अवस्था, महा जाग्रत अवस्था,  
 जाग्रत स्वप्नावस्था, स्वप्नावस्था, स्वप्न जाग्रत अवस्था और सुषुप्तावस्था

इस प्रकार मोह के चार भेद हैं। परन्तु यह परस्पर मिल मिलकर अनेक रूप वाले हो जाते हैं। अब मैं इन सबके पृथक्-पृथक् लक्षण तुम्हारे प्रति कहता हूँ। प्रथम बीज जाग्रत अवस्था वह है जो नाम रहित, विकारहीन चेतन में चित् की होने वाली चित्त, जीव नाम शब्द और अर्थ की दृष्टि वाली अवस्था होती है। ज्ञाता को यह नवीन अवस्था है। इस अवस्था के पश्चात् जाग्रत अवस्था होती है। अपने अन्तर में तेरा मेरा के भावों की स्थिति ही मोह की यह द्वितीय अवस्था है। यह अतिरिक्त भावनाओं से पूर्ण होती है। महा जाग्रत अवस्था वह है जिसमें 'यह वह है' 'मैं यह हूँ' अथवा यह वस्तु मेरी है' आदि पूर्व जन्मों के संस्कार सहित भावनाएँ उत्पन्न होती हैं। जाग्रत स्वप्न अवस्था चौथी है। लड़ाकड़ एवं ननोमय सृष्टि की अपना ही इसका रूप है। इसमें एक चन्द्रमा के स्थान पर दो चन्द्रमाओं का आभास, सीप में चाँदी का आभास और मृग तृष्णा में जल का आभास होता है। इस प्रकार जाग्रत स्वप्न के अनेक प्रकार हैं। स्वप्नावस्था वह है जिसमें देखा हुआ दृश्य फिर दिखाई न दे और जागने पर मनुष्य को उस दृश्य की स्मृति मात्र ही रह जाय। इस स्वप्नावस्था के पश्चात् जो अवस्था होती है उसमें पूर्ण विकसित न हुआ स्वप्न जो विभिन्न कार्य कलापों के साथ देर तक टिके तथा जो जाग्रत के समान ही प्रकट हो अथवा जाग्रत अवस्था में ही स्वप्न दिखाई दे उसे जानीजन, स्वप्न जाग्रत कहते हैं। जब प्राणी इन छः अवस्थाओं को पार कर सकता है और जड़तात्मक स्थिति में अवस्थित होता है, उस विगत दुःख बोध वाली अवस्था को ही सुषुप्ति कहते हैं। ऐसी अवस्था में यह विश्व आंतरिक अन्वकार में छुप जाता है। हे ब्रह्मन् ! हे पुत्र ! मैंने तुम्हारे प्रति अज्ञान की यह सात भूमिकाएँ बतलाई हैं। इनमें से प्रत्येक भूमिका विविध ऐश्वर्यों वाली, विभिन्न अवस्थाओं के रूप में असंख्य रूप धारण करने वाली है। अब मैं तुम्हें ज्ञान की सात भूमिकाओं की बात सुनाता

है, उनका ज्ञान होने पर मनुष्य मोह रूपी कीचड़ में वारम्बार नहीं फँसता ॥ ८-२१ ॥

वदन्ति बहुभेदेन वादिनो योगभूमिकाः ।  
मम त्वभिमतता नूनमिमा एव शुभप्रदाः ॥२२  
अवबोधं विद्वज्जानं तदिदं साप्तभूमिकम् ।  
मुक्तिस्तु ज्ञेयमित्युक्ता भूमिका सप्तकात्परम् ॥२३  
ज्ञानभूमिः शुभेच्छाऽऽख्या प्रथमा समुदाहृता ।  
विचारणा द्वितीया तु तृतीया तनुमानसी ॥२४  
सत्त्वापत्तिश्चतुर्थी स्यात् तयोऽसंसक्तिनामिका ।  
पदार्थभावना षष्ठी सप्तमी तुर्यगा स्मृता ॥२५  
आसामन्तः स्थिता मूर्क्तिर्यस्यां भूयो न शोचति ।  
एतासां भूमिकानां त्वमिदं निर्वचनं शृणु ॥२६  
स्थितः किं मूढ एवास्मि प्रेक्षेऽहं शास्त्रसज्जनः ।  
वैराग्यपूर्वमिच्छेति शुभेच्छेत्युच्यते बुधैः ॥२७  
सास्त्रसज्जनसंपर्कवैराग्याभ्यासपूर्वकम् ।  
सदाचारप्रवृत्तिर्या प्रोच्यते स विचारणा ॥२८  
विचारणाशुभेच्छाभ्यामिन्द्रियार्थेषु रक्तता ।  
यत्र सा तनुतामेति प्रोच्यते तनुमानसी ॥२९  
भूमिकात्रितयाभ्यासाच्चित्ते तु विरस्तेर्वशात् ।  
सत्त्वात्मनि स्थिते शुद्धे सत्त्वापत्तिरुदाहृता ॥३०  
दशाक्षतुष्टयाभ्यासादसंसर्गकला तु या ।  
रूढसत्त्वचमत्कारा प्रोक्ताऽसंसक्तिनामिका ॥३१  
भूमिकापञ्चकाभ्यासात् स्वात्मारामतया हृदम् ।  
आभ्यन्तराणां बाह्यानां पदर्थानामभावनात् ॥३२

परप्रयुक्तेन चिरं प्रयत्नेननावबोधनम् ।  
 पदार्थभावना नाम षष्ठी भवति भूमिका ॥३३॥  
 भूमिषट्कचिराम्यासाद्भेदस्यानुपलम्भनात् ।  
 यत् स्वभावैकनिष्ठत्वं सा ज्ञेया तुर्यंगा गतिः ॥३४॥  
 एषा हि जीवन्मुक्तेषु तुर्यावस्थेति विद्यते ।  
 विदेहमुक्तिविषयं तुर्यातीतमतः परम् ॥३५॥  
 ये निदाघ महाभागाः साप्तमी भूमिमाश्रिताः ।  
 आत्माऽऽरामा महात्मानस्ते महापदमागताः ॥३६॥  
 जीवन्मुक्ता न मज्जन्ति सुखदुःखरसस्थिते ।  
 प्रकृतेनाथ कार्येण किञ्चित् कुर्वन्ति वा न वा ॥३७॥  
 पार्श्वस्थबोधिताः सन्तः पूर्वाचारक्रमागतम् ।  
 आचारमाचरन्त्येव सुप्रबुद्धवद्भुतिताः ॥३८॥  
 भूमिकासप्तकं चैतद्धीमतामेव गोचरम् ।  
 प्राप्य ज्ञानदशामेतां पशुम्लेच्छाऽऽदयोऽपिये ॥३९॥  
 सदेहा वाऽप्यदेहा वा ते मुक्ता नात्र संशयः ।  
 ज्ञप्तिर्हि ग्रन्थिविच्छेदस्तस्मिन् सति विमुक्तता ॥४०॥

योग-भूमिकाओं के अनेकानेक भेद जानियों ने कहे हैं, परन्तु मैं तो इन सात भूमिकाओं को ही अत्यन्त कल्याणमयी मानता हूँ। इन सात भूमिकाओं द्वारा प्रकट होने वाला अवबोध ही ज्ञान कहा जाता है। इन भूमिकाओं के अनन्तर होने वाली मुक्ति को ज्ञेय कहा गया है। प्रथम ज्ञान-भूमिका का नाम शुभेच्छा है। दूसरी विचारणा, तीसरी तनुमानसी, चौथी सत्त्वापत्ति और पांचवीं असंसक्ति कही जाती है। छठवीं को पदार्थभावना और सातवीं को तुर्यंगा कहते हैं। इन भूमिकाओं में पुनः शोक उत्पन्न न होने देने वाली मुक्ति विद्यमान है। मैं इनका विस्तारपूर्वक वर्णन करता हूँ। वैराग्य धारण से पूर्व सांसारिक भ्रमजाल के प्रति ग्लानि उत्पन्न होना और शास्त्रादि के प्रति जिज्ञासा

का उदय होना, श्रेष्ठ कर्मों की इच्छा आदि की ही ज्ञानियों ने शुभेच्छा कहा है । इसके पश्चात् साधु-सङ्ग और शास्त्रों के अध्ययन आदि के द्वारा अभ्यास वैराग्य से युक्त सदाचरण की प्रवृत्ति उत्पन्न होती है, उसे ही विचारणा कहा गया है । जब यह अवस्था प्राप्त हो जाती है, तब विषयों के प्रति अनुराग क्षीण हो जाता है, वह अवस्था तनुभानुसी कही जाती है । जब इन तीनों भूमिकाओं का पूर्ण अभ्यास हो जाता है तब वैराग्य के प्राबल्य से चित्त शुद्ध सत्त्व स्वरूप में अवस्थित होता है । उस अवस्था को ही सत्त्वापत्ति कहा गया है । इन सब भूमियों का अभ्यास होने पर जो संसर्गहीन कला सत्त्वारूढ़ होती है, वही 'असन्नित' है । इन पाँचों भूमियों का अभ्यास होने पर अपने आत्मा में रमते रहने से और बाह्याभ्यांतरिक पदार्थों की भावना का नाश होने पर पदार्थ-भावना होती है । इन छः भूमिकाओं के पूर्ण अभ्यास के अनन्तर भेद-बुद्धि मिट जाती है और आत्मभाव में ही साधक एकनिष्ठ हो जाता है । उसकी यह अवस्था तुर्यगा कही गई है । इस अवस्था को जीवन्मुक्त पुरुष ही प्राप्त होते हैं । इसके पश्चात् विदेह मुक्ति वाली तुर्यातीत अवस्था प्राप्त होती है । जो अत्यन्त भाग्यशाली तुर्यगा भूमिका को ग्रहण कर लेते हैं, वे आत्मा में ही रमण करते हैं । ऐसे सन्त महान् पद को प्राप्त हो चुके हैं, जो जीवन्मुक्त हो गये हैं वे सुख दुःख के अनुभव से नितान्त दूर रहते हैं । वे कर्तव्य कर्मों में लगकर भी उनमें दूर रहते हैं, उनमें लिप्त नहीं होते । जैसे अपने साधियों द्वारा जगाये जाने पर मनुष्य सोकर उठ पड़ता है, वैसे ही वह श्रेष्ठ कर्मों में रत रहकर सनातन आचरण करते हैं । इन सात भूमिकाओं को भेदावीजन ही जानते हैं । यदि पशु और मलेच्छ आदि भी ज्ञान की इन भूमिकाओं को प्राप्त कर लें तो वे भी देह त्याग के पश्चात् मुक्त हो जाते हैं । हृदयग्रन्थियों का उद्घाटन ही ज्ञान है, जब इसकी प्राप्ति हो जाती है, तभी मुक्ति प्राप्त हो सकती है ॥२२-४०॥

मृगतृष्णाऽम्बुद्ध्यादिशान्तिमात्रात्मकसवसौ ।



ये तु मोहार्णवात्तीर्णास्तैः प्राप्तं परमं पदम् ॥४१॥

ते स्थिता भूमिकास्वासु स्वात्मलाभपरायणाः ।

मनः प्रशमनोपायो योग इत्यभिधीयते ॥४२॥

सप्तभूमिः स विज्ञेयः कथितास्तश्च भूमिकाः ।

एतासां भूमिकानां तु गम्यं ब्रह्माभिधं पदम् ॥४३॥

त्वत्ताऽहन्ताऽऽत्मता यत्र परता नास्ति काचन ।

न क्वचिद्भावकलना न भावाभावगोचरा ॥४४॥

सर्वं सान्तं निरालम्बं व्योमस्थं शावश्वतं शिवम् ।

अनामयमनाभासमनामकमकारणम् ॥४५॥

न सन्नासन्न मध्यं तन्न सर्वं सर्वमेव च ।

मनोवचोभिरग्राह्यं पूर्णात् पूर्णं सुखात् सुखम् ।

असंवेदनमाशान्तमात्मवेदनमाततम् ।

सत्ता सर्वपदार्थानां नान्या संवेदनाहते ॥४७॥

परम पद उन्हीं को मिलता है जो मोह रूप समुद्र से पार हो चुके हैं । जैसे मृगतृष्णा में जल का भ्रम उत्पन्न होता है वैसे ही अनात्म में आत्म बुद्ध का प्रादुर्भाव होता है, इसी को अविद्या कहा गया है और अविद्या नष्ट होना ही मुक्ति है । इन भूमिकाओं में वे पुरुष ही स्थित होते हैं जो आत्म साक्षात्कार के प्रयत्न में लगे हैं । मन की पूर्ण शान्ति के उपाय को योग कहा है । योग की सातों भूमिकाओं का वर्णन किया जा चुका है । इन भूमिकाओं का उद्देश्य ब्रह्मपद की प्राप्ति है । ब्रह्मपद वह है जिसमें मेरा-तेरा रूप अपने पराये का भेद-भाव नहीं होता । उस समय भगवान का न तो चिन्तन होता है और न भावात्मक बुद्धि ही शेष रहती है क्योंकि सांसारिक पदार्थों का अस्तित्व आत्म-संवेदन मात्र है, इससे भिन्न कुछ नहीं । आकाशस्वरूप शिव, शाश्वत, दोष-शून्य, आलम्बन-शून्य, कारण-रहित, अनिर्वचनीय, सत्-असत् से रहित, मध्य-अन्त से रहित, न सम्पूर्ण और सम्पूर्ण भी,

मन-बाणी से ग्रहण करने के अयोग्य, पूर्ण शान्त, सुख से भी अत्यन्त सुख-  
रूप तथा आत्मसाक्षात्कार रूप वह व्यापक ब्रह्म है । वह कभी संवेदन  
में नहीं आता ॥ ४१—४७ ॥

संबन्धे दृष्टृदृश्यानां मध्ये दृष्टर्हि यद्वपुः ।  
द्रष्टृदर्शनदृश्यादिवर्जितं तदिदं पदम् ॥४८  
देशाद्देशं गते चित्ते मध्ये यच्चेतसो वपुः ।  
अजाड्यसंविन्मननं तन्मयो भव सर्वदा ॥४९  
अजाग्रत्स्वप्ननिद्रस्य यत्ते रूपं सनातनम् ।  
अचेतनं चाजडत्वं तन्तयो भव सर्वदा ॥५०

जडतां वर्जयित्वैकां शिलाया हृदयं हि तत् ।  
अमनस्कस्वरूपं तत् तन्मयो भव सर्वदा ।  
चित्तं दूरे परित्यज्य योऽसि सोऽसि स्थिरो भव ॥५१  
पूर्वं मनः समुदितं परमात्मतत्त्वात् ।  
तेनाततं जगदिदं सविकल्पजालम् ।  
शून्येन शून्यमपि विप्र यथाऽम्बरेण ।  
नीलत्वमुल्लसति चास्तराभिधानम् ॥५२

संकल्पसंक्षयवशाद्गलिते तु चित्ते  
संसारमोहमिहिका गलिता भवन्ति ।  
स्वच्छं विभाति शरदीव खमागतायां  
चिन्मात्रमेकमजमाद्यमनन्तमन्तः ॥५३  
अकर्तृकमरङ्गं च गगने चित्रमुत्थितम् ।  
अद्रष्टृकं स्वानुभवमनिद्रस्वप्नदर्शनम् ॥५४  
साक्षिभूते समे स्वच्छे निर्विकल्पे चिदात्मनि ।

निरिच्छं प्रतिबिम्बन्ति जगन्ति मुकुरे यथा ॥५५

एकं ब्रह्म चिदाकाशं सर्वात्मकमखण्डितम् ।

इति भावय यत्नेन चेतश्चाञ्चल्यशान्तये ॥५६

रेखोपरेखावलिता यथैका पीवरी शिला ।

यथा त्रैलोक्यवलितं ब्रह्मैकमिह दृश्यताम् ॥५७

द्वितीयकारणाभावादनुत्पन्नमिदं जगत् ।

ज्ञातं जातव्यमधुना दृष्टं द्रष्टव्यमद्भुतम् ॥५८

विश्रान्तोऽस्मि चिरं श्रान्तश्चिन्मात्रान्नास्ति किंचन ।

पश्य विश्रान्तिसंदेहं विगताशेषकौतुकम् ॥५९

दृष्टा और दृश्य से सम्बन्धित मध्य में जो दृष्टि का स्वरूप होता है, वह द्रष्टा, दृश्य और दर्शन से पृथक् साक्षात्कार रूप से ही अवस्थित होता है । एक देश से दूसरी ओर जाने वाले चित्त के मध्य में जो स्थिति होती है, उसी में सतत तन्मय रहना चाहिये तुम्हारा सनातन स्वरूप जाग्रत, स्वप्न और सुषुप्ति से परे अङ्ग चेतन से शून्य में स्थित है, इसी में लीन रहो । जड़ता ही पाषाणरूपता है, उसके त्यागने पर जो अमनस्क स्थिति प्राप्त है, उसी में अवस्थित रहो । चित्त के दूरस्थ त्याग पर जो अवस्था हो वह ग्रहणीय है । परमात्मतत्त्व से मन का ही पहले आविर्भाव हुआ है । उसी मन के विकल्प रूप यह संसार प्रकट हुआ । शून्य भी शून्य को उत्पन्न करने वाला है । शून्य आकाश से ही सुन्दर दिखाई पड़ने वाली नीलिमा प्रकट होती है । जब संकल्प का नाश हो जाता है तब चित्त की वृत्तियाँ गल जाती हैं और उसके परिणाम स्वरूप जगत का मोह रूप कुहरा भी गल जाता है । तब शरदागमन पर निर्मल आकाश के समान वह जन्मरहित, सभी प्राणी-पदार्थों का आदि और अनन्त एक चिन्मात्र रूप ही भासित होता है ।

बिना रङ्ग आदि के और कर्ता के आकाश चित्रित हो रहा है । दृष्टा बिना, निद्रारहित स्वप्न दिखाई देता है । यह चिदात्मा समान रूप से स्वच्छ, निर्विकल्प, साक्षिरूप तथा दर्पण के समान निर्मल है, उसमें इच्छा के बिना ही तीनों लोक प्रतिबिम्बित हो रहे हैं । ब्रह्म सर्व स्वरूप, चिदाकाश स्वरूप, अखण्डित तथा एक है । ऐसी भावना करने से ही चित्त की चञ्चलता शान्त होती है । जैसे एक मोटी पापाण शिला पर रेखा उपरेखाएँ खिंची होती हैं, वैसे ही तीनों लोकों से युक्त ब्रह्म के दर्शन करने चाहिये । किसी अन्य कारण के अभाव में इस विश्व की उत्पत्ति ही नहीं हुई । चिन्मात्र के सिवा और कुछ नहीं है । ऐसा जानकर इस सम्पूर्ण सांसारिक माया से विरक्त होकर तथा संशय-रहित होकर केवल चिन्मात्र के दर्शन करो । अब जो जानना था, वह मैंने जान लिया, जो देखना था, उसे देख लिया और चिरकाल का थका माँदा मैं अब विश्राम को प्राप्त हुआ हूँ ॥ ४८—५६ ॥

निरस्तकल्पनाजालमचित्तत्वं परं पदम् ।  
 त एव भूमतां प्राप्ताः संशान्ताशेषकिल्बिषा ॥६०॥  
 महाधियः शान्तधियो ये याता विमनस्कताम् ।  
 जन्तोः कृतविचारस्य विगलद्व त्तिचेतसः ॥६१॥  
 मननं त्यजतो नित्यं किञ्चित् परिणतं मनः ।  
 दृश्यं संत्यजतो हेयमुपादेयमुपेयुषः ॥६२॥  
 द्रष्टारं पश्यतो नित्यमद्रष्टारमपश्यतः ।  
 विज्ञातव्ये परे तत्त्वे जागरुकस्य जीवतः ॥६३॥  
 सुप्तस्य घनसंमोहमये संसारवर्त्मनि ।  
 अत्यन्तपक्ववैराग्यादरसेषु रसेष्वपि ॥६४॥  
 संसारवासनाजाले खगजाल इवाधुना ।

त्रोटिते हृदयग्रन्थौ श्लथे वैराग्यरंहसा ॥६५

कातकं फलमासाद्य यथा वारि प्रसीदति ।

तथा विज्ञानवशतः स्वभावः संप्रसीदति ॥६६

नीरागं निरुपासङ्गं निद्वन्द्वं निरुपाश्रयम् ।

विनिर्याति मनो मोहाद्विहगः पञ्चरादिव ॥६७

शान्तसंदेहदौरात्म्यं गतकौतुकविभ्रमम् ।

परिपूर्णान्तरं चेतः पूर्णेन्दुरिव राजते ॥६८

जो चित्तत्वहीन परम पद को पा चुके हैं और जो संकल्प जाल को व्यर्थ कर चुके हैं, वे दोषों से मुक्त हो जाते हैं और ब्रह्म को प्राप्त करते हैं। जो मन को त्यागकर विभनस्क हो गये हैं, उनका शान्त चित्त उनकी मेधा को प्रबुद्ध करता है। जिनके मन की वृत्तियाँ नष्ट हो चुकी हैं और मानसिक संकल्पों के त्याग का अभ्यास करने से जिनका मन परिपक्व हो चुका है तथा जो वेदान्त के विचार में मननपूर्वक लगे रहते हैं, जो मुमुक्षुरूप से देय और उपादेय दोनों प्रकार के पदार्थों का त्याग करते हैं, जो नित्य द्रष्टा और प्रपंच को न देखने वाले अद्रष्टा हैं, जो जानने योग्य परम तत्त्व में लगे रहकर जीवित हैं, जो रसमय तथा रस-हीन पदार्थों के प्रति अत्यन्त वैराग्य धारणपूर्वक मोहात्मक जगत के पथ में सुपुष्ट बने हुये हैं, जिन्होंने वैराग्य की प्रबलता के कारण सांसारिक वासनाओं का सुनहरा पाश छिन्न-भिन्न कर डाला है और जिनके हृदय की गाँठें ढीली हो गई हैं, ऐसे ज्ञानी अपने स्वभाव के द्वारा उसी प्रकार शुद्ध हो जाते हैं, जैसे निर्मली फल से जल शुद्ध हो जाता है। जब वह मन पिंजड़े से मुक्त हुये पक्षी के समान मोह पाश से मुक्त हो जाता है तब अनासक्त, द्वन्द्वातीत, निरालम्ब और राग-रहित हो जाता है। जिनका दुरात्मभाव शान्त हो चुका है और जो प्रपंचात्मक विचार से विरक्त हो

चुके हैं, उनका चित्त पूर्णिमा के चन्द्रमा के समान सब प्रकार से शोभा पाता है ॥ ६०—६८ ॥

नाहं न चान्यदस्तीह ब्रह्मैवास्मि निरामयम् ।  
इत्थं सदसतोर्मध्यं यः पश्यति स पश्यति ॥६९॥  
अयत्नोपनतेष्वक्षिहृद्गव्येषु यथाः मनः ।  
नीरागमेव पतित तद्वत् कायषु धीरधीः ॥७०॥

परिज्ञायोपमुक्तो हि भोगो भवति तुष्टये ।  
विज्ञाय सेवितश्चोरो मंत्रीमेयि न चोरताम् ॥७१॥  
अशङ्किताऽपि संप्राप्ता ग्रामयात्रा यथाऽश्वगैः ।  
प्रेक्ष्यते तद्वदेव शैर्भोगश्चोरीरवलोक्यते ॥७२॥

मनसो निगृहीतस्य लीलाभोगोऽल्पकोऽपि यः ।  
तमेवालब्धविस्तारं क्लिष्टात्वादबहुमन्यते ॥७३॥  
बन्धमुक्तो महीपालो ग्रासमन्त्रेण तुष्यति ।  
परैरबद्धी नाक्रान्तो न राष्ट्रं बहु मन्यते ॥७४॥

हस्तं हस्तेन संपीड्य दन्तैर्दन्तान् रिधूर्यं च ।  
अङ्गान्यङ्गं रिवाक्रम्य जयेदादौ स्वकं मनः ॥७५॥  
मनसो विजयान्नान्या गतिरस्ति भवार्णवे ।  
महानरकसाम्राज्ये मत्तदुष्कृतवारणाः ।  
आकाशरशलाकाढ्या दुर्जया हीन्द्रियारयः ॥७६॥

प्रक्षीणचित्तदर्पस्य निगृहीतेन्द्रियद्विषः ।  
पद्मिन्य इव हेमन्ते क्षीयन्ते भोगवासनाः ॥७७॥  
तावन्निशीव वेताला वल्गन्ति हृदि वासनाः ।  
एकतत्त्वहृदाभ्यासाद्यावन्न विजितं मनः ॥७८॥

भृत्योऽभिमतकर्तृत्वान्मन्वी सर्वार्थकारणात् ।  
 सामान्तश्चेन्द्रियाक्रान्तेर्मनो मन्ये विवेकिनः ॥७६  
 लालनात् स्निग्धललना पालनात् पालकः पिता ।  
 सुहृदुत्तमविन्यासान्मनो मन्ये मनीषिणः ॥७७  
 स्वालोक्तिः शास्त्रदृशा स्वबुद्ध्या स्वानुभावितः ।  
 प्रयच्छति परां सिद्धिं त्यक्त्वाऽऽत्मान मनः पिता ॥७८  
 सुदुष्टः सुदृढः स्वच्छः सुक्रान्तः सुप्रबोधितः ।  
 स्वगुणेनोजितो भाति हृदि हृद्यो मनोमणिः ॥७९  
 एनं मनोमणिं ब्रह्मन् बहुपङ्क्तकलंकितम् ।  
 विवेकवारिणा सिद्ध्यै प्रक्षाल्यालोकवान् भव ॥८०  
 विवेकं परमाश्रित्य बुद्ध्या सत्यमवेक्ष्य च ।  
 इन्द्रियारीनलं छित्वा तीर्णो भव भवार्णवात् ॥८१

जो मनुष्य सत् वस्तु के मध्य से इस प्रकार देखता है कि न  
 मैं यहाँ हूँ तथा अन्य कुछ भी यहाँ नहीं है, मैं सम्पूर्ण दोषों से रहित  
 ब्रह्म हूँ' वही यथार्थ देखने वाला है। जैसे दर्शन, दृष्टा और दृष्ट्यों की  
 ओर बिना राग के ही मन खिच जाता है, वैसे ही ज्ञानीजन बिना राग  
 के ही कर्तव्य-कर्म करते रहते हैं। जैसे अनुग्रहीत चोर चौर्यकर्म को  
 त्यागकर मंत्री निवाहता है, वैसे ही भले प्रकार विचार कर भोगा हुआ  
 भोग संतुष्टि का कारण बनता है। जिस गाँव में जाने की कभी इच्छा  
 भी नहीं की थी, उस गाँव के मार्ग पर अकस्मात् आ जाने पर जिस  
 प्रकार राहगीर उस मार्ग को देखता हुआ आश्चर्यान्वित होता है, उसी  
 प्रकार ज्ञानी पुरुष भोगात्मक ऐश्वर्यों को आश्चर्य से देखते हैं। नियंत्रित  
 मन थोड़े से भोग को ही बहुत अधिक समझता हुआ उसे क्लेशप्रद  
 मानकर पीछा छुड़ाना चाहता है। जिस राजा के लिए शत्रु द्वारा आक्रांत  
 न होने पर राज्य के सभी भोग तुच्छ बने रहते हैं, वही राजा शत्रु के

बन्धन से छूटने पर भोजन के एक घास से ही तृप्त हो जाता है । हाथ से हाथ को मलकर, दाँत से दाँत को चबाकर और अङ्गों से अङ्गों को भींचकर पूर्ण पराक्रम द्वारा मन को जीतने का यत्न करो । इस विश्व-रूप सागर में मन को जीतने से बढ़कर अन्य कोई उपाय नहीं है । इस घोर नरक में दुष्कर्म रूपी मदोन्मत्त गजराज विचरण कर रहे हैं । आशा रूपी अस्त्रों से सुसज्जित इन्द्रियरूप शत्रुओं पर विजय प्राप्त करना अत्यन्त कठिन है । जो चित्त के अहंकार का दमन करते हैं और इन्द्रिय-रूप शत्रुओं को जीत चुके हैं उनकी भोगलिप्सा हेमन्त में कमल क्षुप के नष्ट होने के समान ही नष्ट हो जाती है । वेतालरूपी वासना हृदय में तभी तक टिक सकती है, जब तक मन की एकाग्रता के अभ्यास द्वारा उस पर नियन्त्रण नहीं कर लिया जाता । विवेकी पुरुष अपने मन को भृत्य के समान आज्ञाकारी बना लेते हैं, वह उनके सभी प्रयोजनों का भन्नी के समान पालन करते हैं । मैं समझता हूँ कि वह सम्पूर्ण इन्द्रियों को वशीभूत कर लेता है इसलिए सामन्त के समान भी है । मनन करने वाले पुरुष का मन लालन करने से स्नेहमयी ललना के समान और पालन करने से पिता के समान है । शास्त्र की अनुकूलता से और आत्म-नुभव से प्राप्त प्रकाश और बुद्धि के द्वारा मन रूपी पिता परम सिद्धि का देने वाला है । आत्म गुणों से तेजस्विता को प्राप्त हुआ मन रूपी मणि हृदय में शोभा पा रहा है । यह सुदृढ़, स्वच्छ, अत्यन्त हृष्ट, भले प्रकार चैतन्य तथा भली भाँति नियन्त्रित है । यह विभिन्न प्रकार के कीचड़ों से मलीनता को प्राप्त हो रहा है । हे पुत्र ! इस मन रूपी मणि को विवेक रूपी जल से स्वच्छ कर डालो । यही तुम्हें तेजस्विता प्रदान करेगी । विवेक के आश्रय से बुद्धि को सत्य का साक्षात् करने में लगाओ, इस उपाय से तुम्हारे इन्द्रिय रूपी शत्रु पूर्णतः छिन्न-भिन्न हो जायेंगे और इसके फलस्वरूप तुम इस विश्व समुद्र से पार हो पाओगे ॥ ६६—८४ ॥



अनास्थामात्मनन्तानां दुःखानामाकरं विदुः ।  
 अनास्थामात्ममक्षितः सुखानामालयं विदुः ॥८५  
 वासनातन्तुबद्धोऽयं लोको विपरिवर्तते ।  
 सा प्रसिद्धाऽतिदुःखाय सुखायोच्छेदमागता ॥८६  
 धीरोऽप्यतिबहुज्ञोऽपि कुलजोऽपि महानपि ।  
 तृष्णया बध्यते जन्तुः सिंहः शृङ्खलया यथा ॥८७  
 परमं पौरुषं यत्नमास्थायादाय सूक्ष्मम् ।  
 यथाशास्त्रमनुद्वेगमाचरन् को न सिद्धिमाक् ॥८८  
 अहं सर्वमिदं विश्वं परमात्माऽहमच्युतः ।  
 नान्यदस्तीति संविद्या पर [ प्रथ ] मा सा ह्यहंकृतिः ॥८९  
 सर्वस्माद्व्यतिरिक्तोऽहं बालाग्रादप्यहं तनुः ।  
 इति या संविदो ब्रह्मन् द्वितीयाऽहंकृति शुभा ॥९०  
 मोक्षार्थेपा न बन्धाय जीवन्मुक्तस्य विद्यते ॥९१  
 पाणिपादादिमात्रोऽयमहमित्येष निश्चयः ।  
 अहंकारस्तृतीयोऽसौ लौकिकस्तुच्छ एव सः ॥९२  
 वर्ज्यं इव दुरात्माऽसौ कन्दः संसारदुस्तरः ।  
 अनेनाभिहतो जन्तुरधोऽवः परिधावति ॥९३  
 अनया दुरहंकृत्या भावात् संत्यक्तया चिरम् ।  
 शिष्टाहङ्कारवान् जन्तुः शमवान् याति मुक्तताम् ॥९४  
 प्रथमो द्वावहङ्कारावङ्गीकृत्य त्वलौकिकौ ।  
 तृतीयाहंकृतिस्त्याज्या लौकिकी दुःखायिनी ॥९५  
 अथ ते अपि संत्यज्य सर्वाहंकृतिवर्जितः ।  
 स तिष्ठते तथाऽप्युच्चैः परमेवाधिरोहति ॥९६

संसार में आशा ही अनन्त दुःखों को उत्पन्न करने वाली है,  
 केवल अनास्था ही सुख का सदन समझना चाहिए । वासना के सूत्र-  
 बन्धन में बँधा हुआ वह विश्व पुनः-पुनः प्रकट होता है । वह वासना

अत्यन्त दुःखदायिनी होती हुई समस्त सुखों को समूल नष्ट करने वाली होकर आती है। वासना के पाश में अत्यन्त घोर, वीर कुलीन, महान् अथवा बहुश्रुत भी वैसे ही बंध जाते हैं, जैसे जंजीरों में सिंह बंध जाता है। ऐसा कौन-सा पुरुष है जो शास्त्रानुकूल आचरण और श्रेष्ठ कामों को करता हुआ भी सिद्धि को प्राप्त नहीं होता ? मैं सम्पूर्ण विश्वस्वरूप हूँ, अच्युत परमात्मा हूँ, मुझसे भिन्न कुछ भी नहीं है। इस प्रकार का ज्ञानात्मक अहंभाव श्रेय माना गया है। 'मैं बाल के अग्रभाग से भी अत्यन्त सूक्ष्म हूँ और सम्पूर्ण प्रपञ्च से परे हूँ' इस प्रकार का अहङ्कारयुक्त भाव भुवि देने वाला है, बन्धन प्राप्त कराने वाला नहीं। जीवन्मुक्त पुरुष ही ऐसे ! अहंभाव से युक्त होते हैं। 'मैं हाथ-पांव आदि सहित शरीर वाला हूँ' यह लौकिक अहंकार अत्यन्त तुच्छ श्रेणी का है। अहङ्कार से ओत-प्रोत दुरात्मभाव वाला प्राणी ही दुःखदायी संसार-वृक्ष की जड़ है। इसके द्वारा ताड़ित जीव नीचे गर्त की ओर ही जाता है। इस तृतीय प्रकार के दुःखदायी अहङ्कार को छोड़कर श्रेष्ठ अहंभाव में लगने वाला प्राणी शमवान् होता हुआ कल्याण को पाता है। प्रारम्भ में प्रथम दो अहंभावों में लगकर, तीसरे प्रकार के अहंभाव का त्याग करे और जैसे ही साधन शक्ति बढ़े, वैसे ही उन दोनों का भी त्याग कर निरहंकार वृत्ति धारण करे, इससे ही उच्च पद की प्राप्ति सम्भव है ॥८५—८६॥

भोगेच्छामात्रं को बन्धस्तत्त्यागो मोक्ष उच्यते ।

मनसोऽभ्युदतो नाशो मनोनाशो महोदयः ।

जमनो नाशमभ्येति मनोऽज्ञस्य हि श्रृंखला । ८७

नानन्दं ननिरानन्दं नचलं नाचलं स्थिरम् ।

नसन्नासन्न चैतेषां मध्यं ज्ञाननिमनो विदुः ॥८८

यथा सौक्ष्म्याच्चिदाभास्य आकाशो नोपलक्ष्यते ।

तथा निरंशश्चिद्भावः सर्वगोऽपि न लक्ष्यते ॥८९

सर्वसङ्कल्पपरहिता सर्व संज्ञाविवर्जिता ।  
 सैषा चिदविनाशात्मा स्वात्मेत्यादिकृताभिधा ॥१००॥  
 आकाशशतभागाच्छा जेषु निष्कलरूपिणी ।  
 सकलाऽमलसंसारस्वरूपैकात्मदर्शिनी ॥१०१॥  
 नास्तमेति न चोदेति नोत्तिष्ठति न तिष्ठति ।  
 न च याति न चायाति न च नेह न चेह चित् ॥१०२॥  
 सैषा चिदमलाकारा निर्विकल्पा निरास्पदा ॥१०३॥  
 आदौ शमदमप्रायैर्गुणैः शिष्यं विशोधयेत् ।  
 पश्चात् सर्वमिदं ब्रह्म शुद्धस्त्वमिति वीक्षयेत् ॥१०४॥  
 अज्ञस्यार्घं प्रबुद्धस्य सर्वं ब्रह्मेति यो वदेत् ।  
 महानरकजालेषु स तेन विनियोजितः ॥१०५॥  
 प्रबुद्धबुद्धेः प्रक्षीणभोगेच्छस्य निराशिषः ।  
 नास्त्यविद्या मलमिति प्राज्ञस्तूपदिशेद्गुरुः ॥१०६॥  
 सति दीप इवा लोकः सत्यर्क इव वासरः ।  
 सति पुष्प इवामोदश्चिति सत्यां जगत्तथा ॥१०७॥

किसी प्रकार की भी भोगेच्छा हो, वह बन्धन स्वरूप ही है और भोगेच्छा का त्याग ही मुक्ति है । मन का नाश ही मनोन्नति का कारण है । मन का नाश भाग्यवान् पुरुषों का ही होता है । ज्ञानी पुरुषों का मन नष्ट हो जाता है । ज्ञानी जन मन को न तो आनन्द मानते हैं और न आनन्दरहित । वे उसे चल, अचल, स्थिर, सत्, असत् अथवा उसके मध्य की अवस्था वाला भी नहीं मानते, परन्तु अज्ञानी जन मन के बन्धन में पड़े रहते हैं । सभी संकल्पों से परे और सब संज्ञाओं से रहित इस चिदात्मा को अविनाशी एवं स्वात्मा आदि कहा गया है । यह अल्लण्ड चेतन सत्ता सर्वव्याप्त होते हुए भी उसी प्रकार दिखाई नहीं देती जिस प्रकार चित् में स्थित आकाश सूक्ष्मता के कारण परिलक्षित

नहीं होता । ज्ञानी जन जिस चित्, चेतन सत्ता को आकाश से भी शतशः स्वच्छ और अवयवरहित देखते हैं, वह सम्पूर्ण निर्मल विश्व के रूप में केवल स्वयं को ही दिखाती है । वह सत्ता कभी उदय या अस्त की प्राप्ति नहीं, वह गमनागमन से रहित है, न स्थिर रहती है और न उठती-बैठती है । वह वहां है न यहीं है । वह तो अवलम्ब-रहित और विकल्परहित है । उसका स्वरूप निर्मल है । शम-दम आदि गुणों के द्वारा शिष्य के अन्तःकरण को शुद्ध करना गुरु का कर्तव्य है । फिर उसे ब्रह्मस्वरूप का बोध कराना चाहिए कि 'यह सब कुछ और तुम भी ब्रह्म रूप हो ।' जो ज्ञान रहित तथा अर्द्ध विकसित बुद्धि वाला है उसके समक्ष 'सब कुछ ब्रह्म है' ऐसा कहना उसे नरक रूप में ही धक्का देने के समान है । वेदान्त का उपदेश तो उसे ही देना चाहिए जिसकी भोगेच्छा नष्ट होकर बुद्धि जाग्रत हो गई है । जैसे दीपक से प्रकाश सम्भव है, सूर्योदय होने पर ही दिन की स्थिति है और पुष्प से ही सुगन्ध निकल सकती है वैसे चित्-चेतन् से संसार स्थित है । यथार्थ में तो इस संसार का अस्तित्व है ही नहीं, यह तो केवल आभास मात्र है । जब तुम्हारी दृष्टि आवरण रहित हो जायेगी और उसमें ज्ञान का प्रकाश भर जायगा, तब तुम स्वयं ही अपने रूप में स्थित हो जाओगे । उसी समय तुम्हें मेरे उपदेश की सार-असारता का भले प्रकार ज्ञान हो सकेगा ॥६७—१०७॥

प्रतिभासत एवेदं न जगत् परमार्थतः ।

ज्ञानदृष्टौ प्रसन्नायां प्रबोधे विततोदये ॥१०८

यथावज्ज्ञास्यसि स्वस्थो मद्वाग्वृष्टिबलाबलम् ।

अविद्ययैवोत्तमया स्वार्थनाशोद्यमार्थया ॥१०९

विद्या संप्राप्यते ब्रह्मन् सर्वदोषापहारिणी ।

शाम्यति ह्यस्त्रमस्त्रेण मलेन क्षाल्यते मलम् ॥११०

शम विष विषेणैति रिपुणा हन्तते रिपुः ।

ईदृशी भूतसायेयं या स्वनाशेन हर्षदा ॥१११  
 न लक्ष्यते स्वभावोऽस्या ब्रीक्ष्यमाणैव नश्यति ।  
 नास्त्येषा परमार्थेनेत्येवं भावनयेद्वया ॥११२  
 सर्वं ब्रह्मेति यस्यान्तर्भाविना सा हि मुक्तिदा ।  
 भेदद्रष्टिरविद्येयं सर्वथा तां विसर्जयेत् ॥११३

अष्ट अविद्या स्वार्थ को नष्ट करने के लिये ही सद्यत है, उसी के द्वारा सर्वदोषनाशिनी विद्या प्राप्त होती है । अस्म ही अस्म को काटता है और मल से ही मल धुलता है । विष ही विष को नष्ट करने वाला है, शत्रु ही शत्रु का संहार करता है । इसी प्रकार यह भूत-माया अपने ही नाश द्वारा प्रसन्न होती है । इसका स्वरूप दृष्टिगोचर नहीं होता । जब यह दिखाई देती है, तभी नाश को प्राप्त होती है । परन्तु इसे माया न मानकर सब कुछ ब्रह्म मानना ही मोक्ष प्राप्ति का साधन है । भेद का दिखाई देना ही अविद्या है, इसलिए भेद-दृष्टि का त्याग करना ही अशुभकर है ॥१०८—११३॥

मुने नासाद्यते तद्धि पदमक्षयमुच्यते ।

कुतो जातेयमिति ते द्विज माऽस्तु विचारणा ॥११४

इमां कथं महं हन्मीत्येषा तेऽस्तु विचारणा ।

अस्तं गतायां क्षीणायामस्यां ज्ञास्यसि तत् पदम् ॥११५

यत एषा यथा चैषा यथा नष्टेत्यखण्डितम् ।

तदस्या रोगशालाया तत्त्वं कुरु चिकित्सने ॥११६

यथैषा जन्मदुःखेषु न भयस्त्वां नियोक्ष्यति ।

स्वात्मनि स्वपरिस्पन्दैः स्फुरत्यच्छैश्चिदर्णवैः ॥११७

एकात्मकमखण्डं तदित्यन्तर्भाव्यतां दृढम् ।

किञ्चित्क्षुभितरूपा सा चिच्छक्तिश्चिन्महार्णवे ॥११८

तन्मयेव स्फुरत्यच्छा तत्त्वोमिरिवाणवे ।

आत्मन्येवात्मना ओमिनि यथा सरति मारुतः ॥११९

तथैवात्माऽऽत्मशक्त्यैव स्वात्मन्येवैति लोलताम् ।  
 क्षणं स्फुरितं सा देवी सर्वशक्तितया तथा ॥१२०॥  
 देशकालक्रियाशक्तिर्न यस्याः संप्रकर्षति ।  
 स्वस्वभावं विदित्वोच्चैरप्यनन्तपदे स्थिता ॥१२१॥  
 रूपं परिमितेनासौ भावयत्यविभाविता ।  
 यदेवं भावितं रूपं तथा परमकान्तया ॥१२२॥  
 तदैवैनामनुगता नामसंख्यादिका दृशः ।  
 विकल्पकलिताकारं देशकालक्रियाऽऽस्पदम् ॥१२३॥  
 चित्तो रूपमिदं ब्रह्मान् क्षेत्रज्ञ इति कथ्यते ।  
 वासनाः कल्पयन् सोऽपि यात्यहंकारतां पुनः ॥१२४॥  
 अहङ्कारो विनिर्णेत कलङ्को बुद्धिरुच्यते ।  
 बुद्धिः सङ्कल्पितकारा प्रयाति मननास्पदम् ॥१२५॥  
 मनो घनविकल्पं तु गच्छतीन्द्रियतां शनैः ।  
 पाणिपादमयं देहमिन्द्रियाणि विदुर्बुधाः ॥१२६॥  
 एवं जीवो हि संकल्पवासनारज्जुवेष्टितः ।  
 दुःखजालपरीतात्मा क्रमादायाति नोचताम् ॥१२७॥  
 इति शक्तिमयं चेतो घनाहंकारतां गतम् ।  
 कोशकारक्रिमिरिव स्वेच्छया याति बन्धनम् ॥१२८॥  
 स्वसंकल्पिततन्मात्रजालाम्यन्तरवर्ति च ।  
 परां विवशतामेति शृङ्खलाबद्धसिंहवत् ॥१२९॥  
 क्वचिन्मनः क्वचिद्बुद्धिः क्वचिज्ज्ञानं क्वचित् क्रिया ।  
 क्वचिदेतहंकारः क्वचिच्चित्तमिति स्मृतम् ॥१३०॥  
 क्वचित् प्रकृतिरित्युक्तं क्वचिन्मायेति कल्पितम् ।  
 क्वचिन्मलमिति प्रोक्तं क्वचित् कर्मेति स स्मृतम् ॥१३१॥  
 क्वचित्बन्ध इति ख्यातं क्वचित् पुर्यष्टकं स्मृतम् ।  
 प्रोक्तं क्वचिदविद्येति क्वचिदिच्छेति संमतम् ॥१३२॥

इमं संसारमखिलमाशापाज्ञविधायकम् ।

दधदन्तः फलैर्हीनं वटघाना वटं यथा ॥१३३॥

हे पुत्र ! जो प्राप्त नहीं होता वह अक्षयपद कहा जाता है । माया की उत्पत्ति किसके द्वारा हुई, तुम्हें इसका विचार नहीं करना है । तुम्हें तो इस पर विचार करना चाहिये कि मैं इस माया को कैसे नष्ट करूँ ? जब यह क्षीण होकर नष्ट हो जाय, तभी अक्षय पद का ज्ञान पा सकोगे । यह जहाँ से प्रकट होती है, इसका जैसा स्वरूप है, जैसे यह नष्ट होगी इसका विचार करते हुये इस रोग के भूल की ही चिकित्सा करनी चाहिए, जिससे यह तुम्हें बारम्बार जन्म-मरण के चक्र में न डाले और चित् रूपी समुद्र स्वयं में विभासित हो उठे । अपने अन्तर में यह दृढ़ भावना करे कि यह चित् सत्ता एक अक्षण्ड रूप की है । वह चित्-शक्ति चिन्मय रूप सागर में स्वल्प क्षोभ युक्त हो रही है । समुद्र में निर्मल चिन्मय तरंग ही लहरों के समान उठ रही हैं । वायु जैसे स्वयं ही आकाश सरोवर में लहरें मारता है, वैसे ही स्वात्मा में आत्मा तरङ्गित होता है । सर्व शक्ति सम्पन्नता के कारण ऐसी दिव्य स्फुरण क्षण भर के लिये होती है । जिस आत्मशक्ति को चलायमान करने में देश-काल और क्रियाशक्ति असमर्थ रहती है, वह आत्मशक्ति उच्च अनन्त पद में अवस्थित है । वह चित्-शक्ति जानी नहीं जाने से परिमित-सी होकर रूप-भावना वाली होती है । उस परम शक्ति में जब रूप की भावना होती है, तब उसके साथ नाम और संख्या आदि लग जाती है । चित् शक्ति का वह रूप देश, काल और क्रिया का आधार भूत है तथा विकल्प के रूप का धारण करने वाला है, वह क्षेत्रज्ञ कहा जाता है । फिर वह भी वासनाओं की कल्पना से अहंकार का धारक होता है । निश्चयात्मक एवम् दोषयुक्त हुआ अहंभाव ही बुद्धि कहा जाता है । वही बुद्धि जब सङ्कल्प का रूप धारण करती है तब मन रूप हो जाती है और मन जब घोर विकल्प में पड़ जाती है, तब धीरे-धीरे इन्द्रिय रूप को प्राप्त होता है । मेधावी ज्ञ

हाथ-पाँव युक्त देह को ही इन्द्रिय वताते हैं। इस प्रकार सङ्कल्प और वासना की रस्ती में बँध जाने पर प्राणी दुःख-पास में फँस कर अघोगति को पाता है। जैसे रेशम बनाने वाला कीड़ा अपनी इच्छा से बन्धन में पड़ता है, वैसे ही शक्तिमय चित् घोर अहंभाव को प्राप्त होकर बन्धन में पड़ जाता है। जंजीर में जकड़े हुये सिंह के समान अपने द्वारा ही कल्पित तन्मात्र रूपी पाश में रहकर यह चित्-शक्ति नितांत विवश हो जाती है। यह आत्मा ही कहीं अहंकार रूप से और कहीं चित् के नाम से जाना जाता है। उसे ही कहीं मन, कहीं बुद्धि और कहीं ज्ञान कहा गया है। वही कहीं क्रिया है, कहीं प्रकृति और मन कहा जाता है। इसे कहीं पुर्यष्टक और कहीं बन्धन कहा गया है। यह कहीं इच्छा है तो कहीं अविद्या। यही आशारूप पाश का निर्माता सम्पूर्ण जगत को वैसे ही धारण करता है, जैसे बिना फल का बट बीज बट के वृक्ष को धारण करता है ॥ ११४-१३३ ॥

चिन्ताऽनलशिखादग्धं कोपाजगर चवितम् ।

कामाब्धिकल्लोलरतं विस्मृतात्मपितामहम् ॥१३४

समुद्धर मनो ब्रह्मन् मातङ्गमिव कर्दमात् ।

एवं जीवाश्चितो भावा भवभावनयाऽऽहिताः ॥१३५

ब्रह्मणा कल्पिताकारा लक्षशोऽप्यथ कोटिशः ।

संख्याऽतीताः पुरा जाता जायन्तेऽद्यापि चाभितः ॥१३६

उत्पन्नस्यन्तेऽपि चैवान्ये कणौघा इव निर्झरात् ।

केचित् प्रथमजन्मानः केचिज्जन्मशताधिकाः ॥१३७

केचित् च्चासंख्यजन्मानः केचित् द्वित्रिभवान्तराः ।

केचित् किन्नरगन्धर्वविद्याधरमहोरगाः ॥१३८

केचिदर्कैर्दुवह्नास्त्रयक्षायोक्षपद्मजाः ।

केचिद्ब्राह्मणभूपालवैश्यशूद्रगणाः स्थिताः ॥१३९



केचित्त्तृणौपधीवृक्षफलमूलपतङ्गकाः ।

केचित् कदम्बजम्बीरसालतालतमालकाः ॥१४०॥

केचिन्महेन्द्रमलयसह्यमन्दरमेरवः ।

केचित् क्षारोदघिक्षीरघृते क्षुजलराशयः ॥१४१॥

केचिद्विशालाः ककुभः केचिन्नद्यो महारयाः ।

विहरन्त्युच्चकैः केचिन्निपतन्त्युत्पतन्ति च ॥१४२॥

कन्दुका इव हस्तेन मृत्युनाऽविरत्तां हताः ।

भुक्त्वा जन्मसहस्राणि भूयः संसारसंकटे ॥१४३॥

पतन्ति केचिदबुधाः संप्राप्यापि विवेकिताम् ।

दिक्कालाद्यनवच्छिन्नमात्मतत्त्वं स्वशक्तितः ॥१४४॥

लीलयैव यदादत्ते दिक्कालकलितं वपुः ।

तदेव जीवपर्यायवासनावेशतः परम् ॥१४५॥

मनः संपद्यते लोलं कलनाकलनोन्मुखम् ।

कलयन्ती मनः शक्तिरादौ भावयति क्षणात् ॥१४६॥

आकाशभावनामच्छां शब्दबीजरसोन्मुखीम् ।

ततस्तद् घनतां यातं घनस्पन्दक्रमान्मनः ॥१४७॥

भावयत्यनिलस्पन्दं स्पर्शबीजरसोन्मुखम् ।

ताभ्यामाकाशवाताभ्यां दृढाभ्यासवशात्ततः ॥१४८॥

शब्दस्पर्शस्वरूपाभ्यां संघर्षाज्जन्यतेऽनलः ।

रूपतन्मात्रसहितं त्रिभिस्तैः सह संमितम् ॥१४९॥

मनस्तादृग्गुणगतं रसतन्मात्रवेदनम् ।

क्षणाच्चेतत्यपां शैत्यं जलसं वित्ततो भवेत् ॥१५०॥

ततस्तादृग्गुणगतं मनो भावयति क्षणात् ।

गन्धतन्मात्रमेतस्माद्भूमिसं वित्ततो भवेत् ॥१५१॥

अथेत्यंभूततन्मात्रवेष्टितं तनुतां जहत् ।  
 वपुर्वह्निकणाकारं स्फुरित व्योम्नि पश्यति ॥१५२  
 अहंकारकलायुक्तं बुद्धिबीजसमन्वितम् ।  
 तत्पुयंष्टकमित्युक्तं भूतहृत्पद्मपदम् ॥१५३  
 तस्मिस्तु तीव्रसंवेगाद्भावयद्भासुरं वपुः  
 स्थूलतामेति पाकेन मनो विल्वफलं यथा ॥१५४  
 मूपास्थद्रुतहैमाभं स्फुरितं विमलाम्बरे ।  
 सन्निवेशमथादत्ते तत्तेजः स्वस्वभावतः ॥१५५  
 ऊर्ध्वं शिरः पिण्डमयमघः पादमयं तथा ।  
 पार्श्वयोर्हस्तसंस्थानं मध्ये चोदरघर्मिणम् ॥१५६  
 कालेन स्फुटतामेत्य भवत्यमलविग्रहम् ।  
 बुद्धिसत्त्वबलोत्साहविज्ञानैश्वर्यस्थितः ।  
 स एव भगवान् ब्रह्मा सर्वलोकपितामहः ॥१५७

हे ब्रह्मा ! जैसे हाथी कीचड़ में फँस जाता है, वैसे ही यह मन  
 चिन्तारूपी अग्नि की ज्वाला से जलाया हुआ, क्रोधरूप अजगर द्वारा  
 काटा हुआ और कामरूपी समुद्र के भँवर जाल में पड़ा हुआ है। यह  
 अपने पितामह आत्मा को भी भूल गया है इसलिये इसी का सर्वप्रथम  
 उद्धार करो। जीव के आश्रित हुये अनेक भाव लाखों, करोड़ों भेदों में  
 ब्रह्म के द्वारा कल्पित होकर उत्पन्न हुए और हो रहे हैं। जैसे निर्झर  
 में जल-कणों की उत्पत्ति होती है वैसे ही यह भविष्य में भी होते  
 रहेंगे। कुछ भाव तो सैकड़ों बार उत्पन्न हो चुके हैं, कुछ असंख्य बार  
 उत्पन्न हुये हैं, कोई दो-तीन बार ही उत्पन्न हुये और कुछ तो ऐसे हैं  
 जो प्रथम बार ही जन्म ग्रहण कर रहे हैं। इन सबने विभिन्न नामरूप  
 धारण किये हैं। कोई सूर्य, चन्द्रमा, हरि, शिव, वरुण, ब्रह्मा आदि के  
 रूप में है तो कोई किन्नर, यक्ष, गन्धर्व और नाग रूप में प्रकट हुये हैं।

कुछ ने ब्राह्मण, क्षत्रिय, वैश्य, शूद्र आदि नाम धारण किया है। कोई ताड़, तमाल, कदम्ब, नींबू, आम, तृण औषधि वृक्ष, मूल, पत्र एवं फल बन गए हैं, तो कोई विभिन्न पर्वतों के आकार में स्थित होकर मन्दर, मेरु, मलय, महेन्द्र आदि कहे जाते हैं। कोई जल-राशि के रूप में, कोई समुद्र, दूध, घृत, इक्षु-रस आदि के रूप में स्थित हुये हैं। कुछ ने महती दिशाओं का रूप धारण किया है तो कोई अत्यन्त वेगवाली नदी के रूप में प्रवाहित हो रहे हैं। जैसे हाथ से गेंद को बारम्बार गिराते हुये उछालते हैं उस प्रकार कुछ को मृत्यु बारम्बार ताड़ित करती है। अनेकों ऐसे हैं कि आकाश में उठते और फिर नीचे गिर जाते हैं। अनेक मनुष्य ऐसे हैं जो विवेकी होकर भी अच्छे कर्म नहीं करते और हजारों जन्म भोग लेने पर भी उनका आवागमन नहीं मिटता। आत्म-तत्त्व जब दिशा और काल के प्रभाव से तथा अपनी शक्ति के द्वारा देह धारण करता है तब वही वासना से प्रभावित सङ्कल्पों की ओर जाने वाले चंचल मन के रूप में हो जाता है। यह सङ्कल्पों से ओत प्रोत मन शक्ति क्षण भर में ही स्वच्छ आकाश की भावना वाली हो जाती है उसमें शब्द रूप बीज के अंकुर फूटते हैं। फिर वही मन अधिक बनीभूत होकर स्पन्दन क्रम के कारण वायु-स्पन्दन के भाव में रमता है। उसमें स्पर्श रूप बीज के अंकुर लगते हैं। फिर हृद् अभ्यास से शब्द-स्पर्श रूप आकाश की उत्पत्ति होती है और वायु की टक्कर से अग्नि प्रकट होता है। वह अग्नि रूप तन्मात्रा के सहयोग से त्रिगुणात्मक हो जाता है और उन तीनों गुणों के साथ मिलकर मन रस-तन्मात्रा की भावना करता है। उस समय वह जल के शीतल गुण का चिन्तन करता हुआ जल का अनुभव करने लगता है। फिर वह चार गुणों वाला होकर गंध तन्मात्रा मय होकर पृथिवी का अनुभव करता है। इस प्रकार पाँचों तन्मात्राओं से युक्त होकर वह अपनी सूक्ष्मता त्याग कर आकाश में अग्नि की चिह्नारियों के रूप में स्फुरित होते हुये शरीर को देख पाता।

है । वह शरीर ही अहङ्कार कलाओं से युक्त और बुद्धिबीज से समन्वित पुर्यष्टक कहा गया है । वह प्राणियों के हृदय कमल में मँडराने वाले भीरे के समान है । जैसे पाक कराने पर वित्वफल स्थूलता को प्राप्त होता है वैसे ही उस सूक्ष्म शरीर में तीव्र संवेगात्मक तेजस्वी शरीर की भावना होने पर स्थूल हो जाता है । वह तेज उस स्वच्छ आकाश में मूषा में लगाये हुये सोने के समान स्फुरित होता और अपने स्वभावा-नुकूल ही गठित हो जाता है । वह ऊपर सिर के समान, नीचे पाँवों के समान, पाश्वर्षों में भुजाओं और मध्य में उदर के समान होता जाता है । इस प्रकार पूर्ण शरीर को प्राप्त हो जाता है । वही शरीर बुद्धि, बल, वीर्य, उत्साह, विज्ञान एवं वैभव से सम्पन्न हुआ सब लोकों का पितामह ब्रह्मा बन जाता है ॥ १३४-१५७ ॥

अवलोक्य वपुर्ब्रह्मा कान्तमात्मोयमुतमम् ॥१५८

चिन्तामभ्येत्य भगवांस्त्रिकालामलदर्शनः ।।

एतस्मिन् परमाकाशे चिन्मात्रं कात्मरूपिणि ॥१५९

अदृष्टापारपर्यन्ते प्रथमं किं भवेदिति ।

इति चिन्तिवान् ब्रह्मा सद्योजातामलात्महक् ॥१६०

अपश्यत् सर्गबृन्दानि समतोतान्यनेकशः ।

स्मरत्यथो स सकलान् सर्गधर्मगुणक्रमात् ॥१६१

लीलया कल्पयामास चित्राः संकल्पतः प्रजाः ।

नानाऽऽचारसमारम्भा गन्धर्वनगरं यथा ॥१६२

तासां स्वर्गापवर्गार्थं धर्मकामार्थसिद्धये ।

अनन्तानि विचित्राणि शास्त्राणि समकल्पयत् ॥१६३

विरिञ्चरूपान्मनसः कल्पितत्वाज्जगत्स्थितेः ।

तावत्स्थितिरियं प्रोक्ता तन्नाशे नाशमाप्नुयात् ॥१६४

न जायते न म्रियते क्वचित् किञ्चित कदाचन ।

परमार्थेन विप्रेन्द्र मिथ्या सर्वं तु दृश्यते ॥१६५  
 कोशमाशाभुजंगानां संसाराडम्बरं त्यज ।  
 असदेतदिति ज्ञात्वा मातृभाव निवेशय ॥१६६  
 गन्धर्वनगरस्यार्थं भूपितेऽभूपिते तथा ।  
 अविद्यांशे सुतादौ वा कः क्रमः सुखदुःखयोः ॥१६७  
 धनदारेषु वृद्धेषु दुःखं युक्तं न तुष्टता ।  
 वृद्धायां मोहमायायां कः समाश्वासवानिह ॥१६८  
 यैरेव जायते रागो मूर्खस्याधिकतां गतै ।  
 तैरेव भोगैः प्राज्ञस्य विराग उपजायते ॥१६९  
 अतो निदाघ तत्त्रज्ञ व्यवहारेषु संश्रुतेः ।  
 नष्टं नष्टपेक्षस्व प्राप्तं प्राप्तमुपाहर ॥१७०  
 अनागतानां भोगानाभवाच्छनमकृत्रिमम् ।  
 आगतानां च संभोग इति पण्डितलक्षणम् ॥१७१  
 शुद्धं सदतोर्मध्यं पदं बुद्ध्वाऽवलम्ब्य च ।  
 सबाह्यम्यन्तरं दृश्यं भा गृहाण विमुञ्च मा ॥१७२  
 यस्य नेच्छा तथाऽनिच्छा ज्ञस्य कर्मणि तिष्ठतः ।  
 न तस्य लिप्यते प्रज्ञा पद्मपत्रमिवाम्बुभिः ॥१७३  
 यदि ते नेन्द्रियार्थश्रीः स्वदंते हृदि वै द्विज ।  
 तदा विज्ञातविज्ञेयः समुत्तीर्णो भवार्णवात् ॥१७४  
 उच्चैः पदाय परया प्रज्ञया वासनागणात् ।  
 पुष्पाद्गन्धमिवोदारं चेतोवृत्तिं पृथक्कुरु ॥१७५

इस प्रकार प्रकट हुये ब्रह्मा जी भूत, भविष्यत्, वर्तमान के प्रत्यक्ष देखने वाले हैं । उन्होंने अपने सुन्दर देह को देखकर विचार किया कि इस चिन्मात्र रूपी परमाकाश का आदि अन्त नहीं दिखाई देता । इसमें

सर्व प्रथम क्या हो ?' ऐसा विचार करते हुये उनकी आत्म-दृष्टि चैतन्य हुई और उन्हें अतीत में हुई सृष्टि के अनेकों सर्ग दिखाई दिए । उससे उन्हें सब धर्मों और गुणों के क्रम याद हो आए । उन्होंने अपने संकल्पों के द्वारा ही लीला पूर्वक विभिन्न प्रकार के रङ्गरूप और आचार विचार वाली प्रजा को उत्पन्न किया । उनके धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष की सिद्धि के लिये उन्होंने चित्र-विचित्र पदार्थों पद्धतियों, शास्त्रों और स्वर्ग नरकादि की कल्पना की । हे पुत्र ! यह मन ही ब्रह्मरूप है, क्योंकि कल्पना द्वारा संसार के स्थित होने के कारण ब्रह्मा के जीवन के साथ ही इसका जीवन है । जब ब्रह्मा की आयु समाप्त होती है, तब यह मन भी समाप्त हो जाता है । हे ब्रह्मन् ! यथार्थ में तो न कहीं कोई जन्म लेता है और न मृत्यु को प्राप्त होता है । यह जो कुछ दिखाई देता है वह सब मिथ्या है । यह संसार प्रपंच आशा रूपी सर्पिणियों की पिटारी मात्र है, इसका त्याग करना ही श्रेयस्कर है । इसे असत् जानकर मातृ-भाव में अवस्थित होना उचित है । गंधर्व नगर सुसज्जित या असज्जित कैसा भी क्यों न हो, तुच्छ ही है । उसी के समान अविद्या के अंश रूप यह पुत्र, पत्नी आदि भी तुच्छ ही हैं । फिर इनके कारण सुख-दुःख मानने से क्या लाभ है ? धन, स्त्री आदि सब कुछ प्रपंच है, इनकी वृद्धि दुःख का ही कारण है । इसमें संतोष मानना ही निरर्थक है । मोह-माया की वृद्धि होने पर कोई भी सुख-शान्ति नहीं पा सका । जो वस्तुएँ अज्ञानी पुरुष को सुखमय प्रतीत होती हैं, उन्हीं वस्तुओं के प्रति ज्ञानी पुरुष विरक्त रहते हैं । इसलिये हे पुत्र ! तुम तत्त्वज्ञानी हो, जागतिक व्यवहारों में जिस-जिस का अभाव होता जाय उसकी इच्छा मत करो और जो-जो सहज प्राप्त हो, उसे ग्रहण करते रहो । अप्राप्त भोगों की इच्छा न करना और प्राप्त भोगों का उपभोग करना, यही पाण्डित्य है । सत्-असत् के मध्य शुद्ध पद का ज्ञान पाकर उसका अवलम्बन करना और बाह्याभ्यातरिक दृश्यों का न ग्रहण करना और न त्याग करना,

यही कर्म है। जैसे कीचड़ में कमल पत्र पड़ा रहकर भी उससे लिप्त नहीं होता, वैसे ही इच्छा और अनिच्छा को समान मानने वाले ज्ञानी-जन कर्म में लिप्त रहते हुए भी अपनी बुद्धि को उनमें लिप्त नहीं होने देते। यदि तुम्हारे हृदय में इन्द्रियों से युक्त विषय स्पन्दन नहीं करते, तो अवश्य ही तुम जानने योग्य पदार्थ का ज्ञान प्राप्त करके जगत रूप समुद्र से पार हो गए। वासनारूपी पुष्पों की सुगन्ध लेकर भी यदि उससे चित्तावृत्ति को शीघ्र हटा लिया जाय तो उच्चपद की प्राप्ति संभव है ॥१५८-१७५॥

संसाराम्बुनिधावस्मिन् वासनाम्बुपरिप्लुते ।  
 ये प्रज्ञानावरुणारूढास्ते तीर्णाः पण्डिताः परे ॥१७६॥  
 न त्यजन्ति न वाञ्छन्ति व्यवहारं जगद्गतम् ।  
 सर्वमेवानुवर्तन्ते पारावारविदो जनाः ॥१७७॥  
 अनन्तस्यात्मतत्त्वस्य सत्तासामान्यरूपिणः ।  
 चित्तश्चेत्योन्मुखत्वं यत्तत् सङ्कल्पाङ्कुरं विदुः ॥१७८॥  
 लेशतः प्राप्तसत्ताकः स एव धनतां शनैः ।  
 याति चित्तत्वमापूर्य हृद् जाञ्छायमेधघत् ॥१७९॥  
 भावयन्ति (न्तां) चित्तिश्चैत्य व्यतिरिक्तमिवात्मनः ।  
 सङ्कल्पतामिवायाति बीजमङ्कुरतामिव ॥१८०॥  
 संकल्पन हि संकल्पः स्वयमेव प्रजायते ।  
 वर्धते स्वयमेवाशु दुःखाय न सुखाययत् ॥१८१॥  
 मा सकल्पय संकल्प मा भावं भावय स्थितौ ।  
 संकल्पनाशने यत्तो न भूयोऽननुगच्छति ॥१८२॥  
 भावनाऽभावमात्रेण संकल्पः क्षीयते स्वयम् ।  
 संकल्पेनैव संकल्पं मनसैव मनो मुने ॥१८३॥

छित्त्वा स्वात्मनि तिष्ठ त्वं किमेतावति दुष्करम् ।

यथैवेदं नभः शून्यं जगच्छून्यं तथैव हि ॥१८४॥

तण्डुलस्य यथा चर्म यथा ताम्रस्य कालिमा ।

नश्यति क्रियया विप्र पुरुषस्यं तथा मलम् ॥१८५॥

जीवस्य तण्डुलस्येव मलं सहजमप्यलम् ।

नश्यत्येव न संदेहस्तस्मादुद्योगवान् भव ॥१८६॥

यह संसार-सागर वासनारूपी जल से परिपूर्ण है । जो ज्ञानी पुरुष प्रज्ञा रूप नाव पर चढ़ गए, वे इससे पार हो गए । जो पुरुष इस सांसारिक प्रपञ्च के ज्ञाता हैं, वे न तो संसार के व्यवहारों की आकांक्षा करते हैं और न उसका त्याग ही करते हैं । वे सभी व्यवहारों में अनासक्त रहते हैं । विद्वानों ने संकल्प का अंकुरित होना आत्मतत्त्व रूप चेतन का विषयों की ओर दीड़ने को ही माना है क्योंकि संकल्प धीरे-धीरे बढ़ होते जाते हैं और तब उनसे चित्तकाश आच्छन्न होकर जड़त्व को प्राप्त होता है । जैसे बीज अंकुर रूप होने लगता है, वैसे ही चेतन-विषयों को अपने से पृथक्-सा मानते हुये वह संकल्प रूप में स्थित होता है । संकल्प के द्वारा उसकी क्रिया स्वयं ही प्रकट होती है और जल्दी-जल्दी वृद्धि को प्राप्त होने लगती है । परन्तु वह क्रिया सुख देने वाली नहीं होती, बल्कि दुःख ही देती है । इसलिये हे पुत्र ! अपने चित्त में होने वाली संकल्प की क्रिया का अवरोध करो । यदि संकल्प उत्पन्न भी तो उसमें पदार्थ भावना न करो क्योंकि जो संकल्प को नष्ट करने के लिये कटिबद्ध है, वे उसको क्रियात्मक नहीं होने देते । यदि भावना नष्ट हो जाय तो संकल्प भी स्वतः ही नष्ट हो जाते हैं । मन के द्वारा मन को जीतो और संकल्प के द्वारा संकल्प को नष्ट कर डालो । इस प्रकार आत्म-स्वरूप में स्थित होकर उद्योगी पुरुष बनने की चेष्टा करो । आकाश के समान यह संसार भी शून्य



है । जैसे ताँबे की कालीच अथवा धान का छिलका प्रयत्न द्वारा पृथक् किया जाता है, वैसे ही मनुष्य का मल-दोष क्रिया द्वारा ही नष्ट होना सम्भव है ॥१७६-१८६॥

॥ पंचम अध्याय समाप्त ॥

### षष्ठ अध्याय

अन्तरास्थां परित्यज्य भावश्रीं भावनामयीम् ।  
 योऽसि सोऽसि जगत्यस्मिन् लीलया विहरानघ ॥१॥  
 सर्वत्राहमकर्तेति दृढभावनयाऽनया ।  
 परमामृतनाम्नी सा समतैवाशिष्यते ॥२॥  
 खेदोल्लासविलासेषु स्वात्मकर्तृतर्यङ्कया ।  
 स्वसंकल्पे क्षयं याते समतैवावशिष्यते ॥३॥  
 समताः सर्वभावेषु याऽसौ सत्यपरा स्थितिः ।  
 तस्यासवस्थितं चित्तं न भूयो जन्मभाग्भवेत् ॥४॥  
 अथवा सर्वकर्तृत्वमकर्तृत्वं च वै मुने ।  
 सर्वं त्यक्त्वा मनः पीत्वा योऽसि सोऽसि स्थिरो भव ॥५॥  
 शेषस्थिरसमाधानो येन त्यजसि तत्त्यज ।  
 चिन्मनः कलनाऽऽकारं प्रकाशतिमिरादिकम् ॥६॥  
 वासनां वासितारं च प्राणस्पन्दनपूर्वकम् ।  
 समूलमखिलं त्यक्त्वा व्योमसाम्यः प्रशान्तधीः ॥७॥  
 हृदयात् संपरित्यज्य सर्वा वासनापङ्क्तिनाम् ।  
 यस्तिष्ठति गतव्यग्रः स मुक्तः परमेश्वरः ॥८॥  
 दृष्टं द्रष्टव्यमखिलं भ्रान्तं भ्रान्त्या दिशो दश ।  
 युक्त्या वै चरतोऽज्ञस्य संसारो गोष्पदाकृतिः ॥९॥

सवाह्याभ्यान्तरे देहे ह्यध ऊर्ध्वं च दिक्षु च ।

इत आत्मा ततोऽप्यात्मा नास्त्यनात्ममय जगत ॥१०॥

हे पाप-रहित ! अन्तर की आत्मा और भाव रूप सम्पत्ति का त्याग करके, अपने यथार्थ रूप में इस संसार में विचरण करो और स्वयं की सर्वत्र अकर्ता मानो, ऐसा करने से अमृता नाम वाली समता ही अवशिष्ट रहती है । मेद और उल्लास यह दोनों हो मनुष्य द्वारा स्वयं उत्पन्न किये हुये हैं । ऐसा समझ लेने पर समता ही शेष रहेगी । समता की यथार्थ स्थिति के भले प्रकार धारण कर लेने पर फिर आवागमन का कारण समाप्त हो जाता है । अथवा कर्तव्याकर्तव्य का त्याग कर डालो और मन का पान कर अपने यथार्थ रूप में स्थित हो जाओ । अन्त में सबका त्याग कर समाधिस्थ हो जाओ । चेतन ही प्रकाशरूप है और वही अन्धकार दन जाता है, क्योंकि वही मानसिक नंकल्प का रूप धारण कर लेता है, इसलिए वासना के कारण का भूल सहित त्याग करके आकाश के समान स्वच्छ और शान्त मन वाले बनो । मुक्त वही जो हार्दिक रूप से सब वासनाओं को त्याग देता है और किसी प्रकार की आकुलता को मन में नहीं टिकने देता । वह भ्रान्ति के वश में पड़ कर दसों दिशाओं में चक्कर काटते हुये द्रष्टव्य पदार्थों को देखने में समर्थ है । देह के बाहर-भीतर, ऊपर-नीचे सर्वत्र आत्मा है, उसके लिए यह विश्व अनात्ममय कभी नहीं होता । अपिनु जो लोग प्रयत्नपूर्वक सदाचार में रत रहते हैं वे ज्ञानी पुरुष इस संसार सागर को सहज में ही तरने योग्य बना लेते हैं ॥१-१०॥

न तदस्ति न यत्राहं य तदस्ति न तन्मयम् ।

किमन्यदभिवाञ्छामि सर्वं सच्चिन्मयं ततम् ॥११॥

समस्तं खल्विदं ब्रह्मा सर्वमात्मेदमाततम् ।

अहमन्य इदं चान्यदिति भ्रान्तिं त्यजनघ ॥१२॥

तत्ते ब्रह्मधने नित्ये संभवन्ति न कल्पिताः ।  
 न शोकोऽस्ति न मोहोऽस्ति न जराऽस्ति न जन्म वा ॥१३॥  
 यदस्तीह तदेवास्ति विज्वरो भव सर्वदा ।  
 यथाप्राप्तानुभवतः सर्वज्ञानमिवाञ्छनाद् ॥१४॥  
 त्यागादानपरित्यागो विज्वरो भव सर्वदा ।  
 यत्स्येदं जन्म पाश्चात्यं तमाश्वेव महामते ॥१५॥  
 विशन्ति विद्या विमला मुक्ता वेणुमिवोत्तमम् ।  
 विरक्तमनसां सम्यक् स्वप्रसङ्गादुदाहृतम् ॥१६॥  
 द्रष्टृदृश्यसमायोगात् प्रत्ययानन्दनिश्चयः ।  
 यस्तं स्वमात्मतत्त्वोत्थं निष्पन्दं समुपास्महे ॥१७॥  
 द्रष्टृदर्शनदृश्यानि त्यक्त्वा वासनया सह ।  
 दर्शनप्रथमाभासमात्मानं समुपास्महे ॥१८॥  
 द्वयोर्मध्यगं नित्यमस्तिनास्तीति पक्षयोः ।  
 प्रकाशनं प्रकाशानामात्मानं समुपास्महे ॥१९॥  
 संत्यज्य हृद्गुहेशानं देवमन्यं प्रयान्ति ये ।  
 ते रत्नममिवाञ्छन्ति त्यक्तहस्तस्थकैस्तुभाः ॥२०॥  
 उत्थितानुत्थितानेतानिन्द्रियारीन् पुनः पुनः ।  
 हन्याद्विवेकदण्डेन वज्रेणैव हरिगिरीन् ॥२१॥

हे पाप रहित-निदाघ ! मैं अन्य हूँ और यह अन्य है, इस प्रकार  
 की भ्रांति त्याग देने योग्य ही है। जहाँ मैं नहीं हूँ, वह स्थान नहीं है,  
 उस वस्तु का भी अभाव है, जो आत्ममय नहीं हो। यह सभी कुछ  
 सत् और चिन्मय है तो मैं अन्य किस वस्तु की अभिलाषा करूँ? यह  
 सभी कुछ आत्मा है, यह निश्चय ही ब्रह्म है। इसमें शोक, मोह, जरा,  
 जन्म कुछ भी नहीं है। इस नित्य सच्चिदानन्द धन परमेश्वर में कल्प-

नात्मक भावों की संभावना नहीं है । जो आत्मतत्त्व में है, वही सब कुछ है । इसलिए कहीं भी, किसी भी वस्तु की कामना न करते हुए जो सहज में ही प्राप्त हो जाय, उसको निलिप्त भाव से भोगता रहे । न किसी का त्याग और न ग्रहण, इस प्रकार विकार रहित रहो । हे पुत्र ! जिस पुरुष का यह जन्म अन्तिम अर्थात् जिसका आगे जन्म नहीं होना है उस पुरुष में श्रेष्ठ जाति के मुक्ता के समान स्वच्छ विद्या प्रविष्ट होती है । जिनके चित्त में वैराग्य का समावेश है उनके द्वारा भले प्रकार अपने अनुभव द्वारा यह मत व्यवस्त किया जाता है कि दृष्टा को दृश्य के द्वारा जिस सुख की अनुभूति होती है, वह आत्मतत्त्व से उत्पन्न हुआ स्पन्दल ही है और हम उसी का भले प्रकार से उपासना करते हैं । अस्ति और नास्ति के मध्यस्थ, प्रकाशों के भी प्रकाशक आत्मा के हम उपासक हैं । वह आत्मा हमारे हृदय में महेश्वर रूप में स्थित है । जो व्यवित उस शाश्वत आत्मा को छोड़कर अन्य वस्तुओं की उपलब्धि के लिए प्रयत्नशील हैं, वे अपनी हस्तगता कोस्तुभ मणि का परि त्याग कर अन्य रत्न की कामना करते हैं । यह इन्द्रिय रूपी शत्रु सबल हों या बलहीन, विवेक रूपी दण्ड से बारम्बार ताड़न करने योग्य हैं । जैसे इन्द्र अपने वज्र के प्रहार द्वारा बड़े-बड़े पर्वतों को भी गिरा देते हैं, वैसे ही विवेक बुद्धि के द्वारा इन्द्रिय रूपी शत्रुओं को उठने न देना चाहिए ॥११-२१॥

संसाररात्रिदुःस्वप्ने शून्ये देहमये भ्रमे ।  
 सर्वतवापवित्रं तद्दृष्टं संसृतिविभ्रमम् ॥२२॥  
 अज्ञानोपहतो बाल्ये यौवने वनिताहतः ।  
 शेषे कललचिन्ताऽर्जतः किं करोति नराधमः ॥२३॥  
 सतोऽसत्ता स्थिता मूर्ध्नि रम्याणां मूर्ध्नि रम्यता ।  
 सुखानां मूर्ध्नि दुःखानि किमेकं संश्रयाम्यहम् ॥२४॥  
 येषां निमेषणोप्मेषौ जगतः प्रलयोदयौ ।

तादृशाः पुरुषा यान्ति मादृशां गणनैव का ॥२५॥

संसार एव दुःखानां सीमान्त इति कथ्यते ।

तन्मध्ये पतिते देहे सुखमासाद्यते कथम् ॥२६॥

प्रबुद्धोऽस्मि प्रबुद्धोऽस्मि दुष्टश्चोरोऽयमात्मनः ।

मनो नाम निहन्म्येनं मनसाऽस्मि चिरं हतः ॥२७॥

मा खेदं भज हेयेषु नोपादेयपरो भवः ।

हेयादेयदृशो त्यक्त्वा शेषस्थः सुस्थिरो भव ॥२८॥

निराशता निर्भयता नित्यता समता ज्ञता ।

निरीहता निष्क्रियता सौम्यता निर्विकल्पता ॥२९॥

धृतिर्मंत्री मनस्तुष्टिर्मुदुता मृदुभाषता ।

हेयोपादेयनिर्मुक्ते ज्ञे तिष्ठन्त्यपवासनम् ॥३०॥

गृहीततृष्णाशबरीवासनाजालमाततम् ।

संसारवारिप्रसृतं चिन्तातन्तुभिराततम् ॥३१॥

अनया तीक्ष्णया तात छिन्दि बुद्धिशलाकया ।

वात्ययेवाम्बुद जालं छित्त्वा तिष्ठ तते पदे ॥३२॥

यह देह रूप भ्रम संसार रूप रात्रि में दुःख स्वप्न के समान है और इसका प्रसार भी पवित्रता से परे है । बाल्यकाल में अज्ञान धेरे रहता है और युवावस्था में नारी के नयन बाण द्वारा मारा हुआ रहता है, तो अन्तकाल में ही यह स्त्री पुत्रादि की चिन्ता में रत रहने वाला, अघम अपना क्या उपकार कर सकता है ? सत् के ऊपर असत् का बोल-वाला है, रमणीयता पर कुरूपता चढ़ी हुई है, सुख के ऊपर दुःख है तब मुझे किसकी शरण लेनी चाहिये ? जिनके निमेष और उन्मेष में संसार का अन्त और उत्पत्ति निहित है, वैसे पुरुष भी जब काल कलवित हो जाते हैं, तब मेरे जैसे तुच्छ पुण्यों की तो बात ही क्या है । जिस संसार को दुःखों की अन्तिम परिधि माना गया है, उस संसार में पड़े रहने वाला देह सुख का रस कैसे चख सकता है । मेरी आत्मा को चुराने वाला चोर

मेरा यह दूषित मन ही है । इससे मुझे न जाने कब का चुरा लिया है ? अब मैं जान गया हूँ । इसलिए इसका संहार कर डालूँगा । हेय पदार्थों के लिए दुःखित होने से कोई लाभ नहीं और उपादेय पदार्थों में भी आसक्ति रखना व्यर्थ है । इसलिए हेय और उपादेय की भेद-दृष्टि का त्याग करके शेष में ही अवस्थित हो जाओ क्योंकि ज्ञानी पुरुष में नित्यता, अभिज्ञता, समता, निष्क्रियता, निष्कामता, सांसारिक विकारों में निराशा, निर्विकल्पता, सौम्यता, मृदुता, धृति, मैत्री, सन्तोष और मिष्ट भ्रापण आदि गुण विद्यमान रहते हैं । तृष्णा रूषिणी भीलनी ने वासना रूपी जाल फैला दिया है, उसमें तुम फँस गये हो । यह मृग मरीचिकात्मक जल चिन्ता रूषिणी रश्मियों द्वारा सब ओर फैला दिया गया है । हे पुत्र ! इस माया को ज्ञानरूपी तीक्ष्ण अस्त्र से काट कर अपने व्यापक रूप में उसी प्रकार स्थिति होओ, जिस प्रकार वर्षा-मेघों के जाल को काट डालता है ॥ २२—२३ ॥

मनसैव मनश्छित्त्वा कुठारेणैव पादपम् ।

पदं पावनमासाद्य सद्य एव स्थिरो भव ॥२३॥

तिष्ठन् तच्छन् स्वपन् जाग्रन्नैव सन्नुत्पतन् पतन् ।

असदेवेदमित्यन्तर्निश्चित्यास्थां परित्यज्य ॥२४॥

दृश्यमाश्रयसीदं चेत् तत् सचित्तोऽसि बन्धवान् ।

दृश्यं संत्यजसीदं चेत् तदचित्तोऽसि मोक्षवान् ॥२५॥

नाहं नेदमिति ध्यार्यंस्तिष्ठ त्वमचलाचलः ।

आत्मनो जगत्क्षान्तर्द्रष्टृदृश्यदशान्तरे ॥२६॥

दर्शनाख्यं स्वात्मनः सर्वदा भावयन् भव ।

स्वाद्यस्वादकसंत्यक्तं स्वाद्यस्वादकमध्यगम् ॥२७॥

स्वदनं केवलं ध्यायन् परमात्ममयो भव ।

अवलम्ब्य निरालम्बं मध्येमध्ये स्थिरो भव ॥२८॥

रज्जवुद्धा विमुच्यन्ते तृष्णावद्धा न केनचित् ।  
 तस्मान्निदाघ तृष्णां त्वं त्वज संकल्पवर्जनात् ॥३६  
 एतामहंभावमयीमपुण्यां छित्त्वाऽनहंभावशलाकयैव ।  
 स्वभावजां भव्यभवान्तभूमौ भव प्रशान्ताखिलभूत-  
 भीतिः ॥४०

अहमेषां पदार्थानामेते च मम जीवितम् ।  
 नाहमेभिर्विना कश्चिन्न मयैते विना किल ॥४१  
 इत्यन्तर्निश्चयं त्वक्त्वा विचार्य मनसा सह ।  
 नाहं पदार्थस्य न मे पदार्थ इति भाविते ॥४२  
 अन्तःशीतलया बुद्ध्या कुर्वतो लीलया क्रियाम् ।  
 यो नूनं वासनात्यागो ध्येयो ब्रह्मन् प्रकीर्तितः ॥४३

जैसे वृक्ष के बेंटे में लगी हुई कुल्हाड़ी वृक्ष को ही काट डालती है, वैसे ही मन से मन को काट कर पवित्र पद में अवस्थित होओ । उठते-बैठते, चलते, खड़े होते, सोते, जागते आदि सभी स्थितियों में सब को असत् रूप मानने हुए दृश्य पदार्थों से आत्मा को हटालो क्योंकि दृश्य का आश्रय लेने मात्र से चित्त युक्त बन्धन में पड़ना होता है । दृश्य का त्याग कर देने मात्र से चित्त-शून्यता के कारण मोक्ष प्राप्ति के अधिकारी होते हो । 'न ससार है और न मैं हूँ' इस प्रकार की भावना करते हुए पर्वत के समान दृढ़ हो जाओ । आत्मा और विश्व के मध्य तथा दृश्य के मध्य भी स्वयं को दर्शन रूप आत्मा ही मानो । स्वादयुक्त पदार्थ तथा उसे चखने वाले से और इन दोनों के मध्य में स्थिति केवल स्वाद का ध्यान करते हुए परमात्ममय होकर रहो । यह ध्यान रखो कि रस्सी के बन्धन में पड़े हुए तो छूट जाते हैं, परन्तु तृष्णा से बन्धन में पड़े प्राणी किसी प्रकार भी नहीं छूटते । इसलिए इस पापमयी तृष्णा को छिन्न-भिन्न कर डालो क्योंकि यह अहङ्कार वाली और संकल्पमयी

है । अहंभाव शून्यता ही इसके कांटने' वालों मंहान् अस्त्रे' है । जिस जन्म-मरण के भीषण भय में सभी प्राणी हूवे रहते हैं, उससे अभय होकर परमार्थ लोक में घूमो । ध्येय वही है जिसमें शान्त मन के द्वारा विचार करते हुए वासना त्याग दी जाती है । तुम भी 'यह पदार्थ मेरे नहीं हैं और न मैं इन पदार्थों का कुछ हूँ' ऐसी भावना द्वारा निरालम्ब अवस्था में स्थिति होओ ॥ ३३—४३ ॥

सर्व समतया बुद्ध्यां यः कृत्वा वासनाक्षयम् ।  
जहाति निर्मेमो देहं नेयोऽसौ वासनाक्षयः ॥४४  
अहंकारमयीं त्वक्त्वा वासनां लीलयेव यः ।  
तिष्ठति ध्येयसंत्यागी स जीवन्मुक्त उच्यते ॥४५  
निर्मूलं कलानां त्यक्त्वा वासनां यः शमं गतः ।  
नेयत्यागमिमं विद्धि-मुक्तं तं ब्राह्मणोत्तमम् ॥४६  
द्वावेतौ ब्रह्मतां यातौ द्वावेतौ विगंतज्वरी ।  
आपतत्सु यथाकालं सुखदुःखेष्वनारतौ ॥४७

संन्यासियोगिनौ दान्तौ विद्धि शान्तौ मुनीश्वर ।  
ईप्सितानीप्सिते न स्तो यस्यान्तर्वर्तिवृत्तिषु ॥४८  
सुषुप्तबधश्चरति स जीव मुक्त उच्यते ।  
हृषामिर्षभयक्रोधकामकार्पण्यदृष्टिभिः ॥४९  
न हृष्यति ग्लायति यः परामर्शविर्वर्जितः ।  
बाह्यार्थवासनोद्भूता तृष्णा बद्धेति कथ्यते ॥५०  
सर्वार्थवासनोन्मुक्ता तृष्णा मुक्तेति भण्यते ।  
इदमस्तु ममेत्य तमिच्छां प्रार्थनयाऽन्विताम् ॥५१  
तां तीक्ष्णां शृङ्खलां विद्धि दुःखजन्मभयप्रदाम् ।  
तामेतां सर्वभावेषु सत्स्वसेत्सु च सर्वदा ॥५२



सन्तुज्य परमोदारं पदमेति महामनाः ।

बन्धास्थामथ मोक्षास्थां सुखदुःखदशामपि ॥५३॥

समत्व बुद्धि के द्वारा जो पुरुष वासना को सर्वथा क्षीण करके ममत्व रहित हो जाता है, उसी से देह का बन्धन भी त्यागा जा सकता है । इसलिए वासना को सष्ट कर देना परम कर्तव्य है । जीवन्मुक्त उसी को कहते हैं जो अहंकारात्मिका वासना का सहज ही त्याग कर, ध्येय वस्तु का भी त्याग कर देता है । संकल्प रूपिणी वासना का समूल त्याग ही शांति-प्राप्त कराने वाला है । जीवन्मुक्त पुरुष ही वैसा त्याग करने में समर्थ है और वही पुरुष ब्रह्मज्ञानियों में श्रेष्ठ कहा जाता है । ऐसे ही मनुष्य संसार के संतापों से मुक्त होकर ब्रह्मत्व को प्राप्त होते हैं । योगी जन क्षम और दम से मुक्त होने के कारण समय-समय पर प्राप्त होने वाले सुख-दुःखों में लिप्त नहीं होते । इच्छा और अनिच्छा दोनों से ही जो रहित हैं और जो सुषुप्त के समान व्यवहार करने वाला है, वह जीवन्मुक्त कहा जाता है । जिस पुरुष में वासना का अभाव है वह काम, क्रोध, मोह, हर्ष, अमर्ष और भय आदि के बशीभूत होकर सुख-दुःख को नहीं मानता । बाह्य विषयों से आविर्भूत तृष्णा बन्धन में डालने वाली है और सब प्रकार से विषय वासनाओं से शून्य तृष्णा मुक्ति प्राप्त कराने वाली है । किसी वस्तु के प्राप्त करने की कामना दुःख भय की जन्मदायिनी है । उसे धीरे बन्धन स्वरूपा समझनी चाहिए । सन्त जन सत्-असत् रूप पदार्थों की अभिलाषा का सर्वथा त्याग करके परम श्रेष्ठ पद पाते हैं । हे पुत्र ! बन्धन में विश्वास तथा मोक्ष में विश्वास सत्-असत् में विश्वास यह सब सुख-दुःख स्वरूप ही है । इनके त्याग द्वारा प्रशान्त महासागर के समान निश्चल और अत्यन्त शांत होना श्रेयस्कर है ॥ ४५—५३ ॥

त्यक्त्वा सदसदास्थां त्वं तिष्ठान्बुद्धमहान्विवत् ।

जायते निश्चयः साधो पुरुषस्य चतुर्विधः ॥५४॥

आपादमस्तकमहं मातापितृविनिर्मितः ।  
 इत्येको निश्चयो ब्रह्मन् बन्धायासवलोकनात् ॥५५ .  
 अतीतः सर्वभावेभ्यो बालाग्रादप्यहं तनुः ।  
 इति द्वितीयो मोक्षाय निश्चयो जायते सताम् ॥५६  
 जगज्जालपदार्थात्मा सर्वं एवाहमक्षयः ।  
 तृतीयो निश्चयश्चोक्तो मोक्षार्थैव द्विजोत्तम ॥५७  
 अहं जगद्वा सकलं शून्यं व्योम समं सदा ।  
 एवमेष चतुर्थोऽपि निश्चयो मोक्षसिद्धिदः ॥५८  
 एतेषां प्रथमः प्रोक्तस्तृष्णया बन्धयोग्यया ।  
 शुद्धतृष्णाक्षयः स्वच्छा जीवनमुक्ता विलासिनः ॥५९  
 सर्वं चाप्यहमेवेति निश्चयो यो महामते ।  
 तमादाय विषादाय न भूयो जायते मतिः ॥६०

हे श्रेष्ठ आत्मन् ! मनुष्य चार प्रकार के निश्चय वाला है ।  
 'मेरे देह की रचना माता-पिता द्वारा हुई है' यह प्रथम निश्चय मानना चाहिए । 'मैं जगदात्मक भावों से रहित केशाग्र से भी सूक्ष्माकार आत्मा हूँ' यह दूसरे प्रकार का निश्चय है । इस निश्चय के द्वारा सन्तजनों की मुक्ति प्राप्त होती है । 'मैं अखिल विश्व के पदार्थों का आत्मा सर्वस्वरूप एवम् अविनाशी हूँ' यह तीसरे प्रकार का निश्चय भी मुक्ति का कारण होता है । 'मैं और यह सम्पूर्ण विश्व आकाश के समान शून्य है' यह चौथे प्रकार का निश्चय मोक्ष-सिद्धि का दाता है । इनमें प्रथम निश्चय बन्धन प्रदान करने वाली तृष्णा से ओत-प्रोत है । शेष तीन प्रकार के निश्चय पवित्र तृष्णा वाले हैं । जो लोग इन तीन प्रकार के निश्चयों से युक्त होते हैं वे आत्मतत्त्व में रत रहने वाले जीवनमुक्त हैं । सब कुछ अपने को ही मानने वाले पुरुष फिर-फिर कर विषाद में नहीं पड़ते हैं ॥ ५४—६० ॥

शून्यं तत् प्रकृतिर्माया ब्रह्म विज्ञानमित्यपि ।  
 शिवः पुरुष ईशानो नित्यमात्मेति कथ्यते ॥६१

द्वैताद्वैतसमुद्भूतैर्जगन्निर्मणिलीलया ।  
 परमात्ममयी शक्तिरद्वैतैव विजृम्भते ॥६२  
 सर्वातीतपदांलम्बी परिपूर्णचिन्मयः ।  
 नोद्वेगी न च तुष्टात्मा संसारे नावसीदति ॥६३  
 प्राप्तकर्मकरो नित्यं शत्रुमित्रसमानदृक् ।  
 ईहितानीहितैर्मुक्तो न शोचति न काङ्क्षति ॥६४  
 सर्वस्याभिमतं वक्ता चोदितः पेशलोक्तिमान् ।  
 आशयजश्च भूतानां संसारे नावसीदति ॥६५  
 पूर्वा दृष्टिमवष्टभ्य ध्येयेत्यागविलासिनीम् ।  
 जीवन्मुक्तया स्वस्थो लोके विहर विज्वरः ॥६६  
 अन्तः संत्यक्तसर्वाशो वीतरागो विवासनः ।  
 वहिः सर्वसमाचारो लोके विहर विज्वरः ॥६७  
 वहिः कृत्रिमसंरम्भो हृदि संरम्भवर्जितः ।  
 कर्ता वहिरकर्ताऽन्तर्लोके विहर शुद्धधीः ॥६८  
 त्यक्ताहं कृतिराश्वस्तमतिराकाशशोभनः ।  
 अगृहीतकलङ्काङ्को लोके विहर शुद्धधीः ॥६९

आत्मा के नाम से बोला जाने वाला शून्य ही प्रकृति, माया, शिव, पुरुष, ईशान, नित्य एवम् ब्रह्मज्ञान है । परब्रह्म के सम्बन्धित अद्वैत शक्ति ही द्वैत-दिखाई देती है और अद्वैत द्वारा प्रकट पदार्थों से विश्व-वर्णि की माया करती हुई बढ़ती है । जो पुरुष विश्व प्रपञ्च से दूर आत्मवाद-में स्थित रहकर सन्तोष-असन्तोष न करते हुए परिपूर्ण चिन्मय अवस्था में रहते हैं वे सांसारिक विषाद में कभी नहीं पड़ते । हे पुत्र ! तुम समस्त आशाओं का त्याग करते हुये वासना शून्य होकर राग-रहित और ताप-रहित होकर दिखावे के रूप में सभी सांसारिक व्यवहारों को करो । बाह्य क्रोध का रूपक बनाते हुए भी भीतर से क्रोध-हीन बन जाओ तथा बाहर से कर्त्ता परन्तु भीतर से अकर्त्ता बने रहो । इस प्रकार

शुद्ध चित्त वाले होकर लोक में विचरण करो क्योंकि जो शत्रु-मित्र को समान समझता और नित्य प्राप्त कर्म को करता है और जो इच्छा-अनिच्छा से मुक्त है, जिसे न किसी वस्तु की कामना है और न हर्ष-शोक है, प्रिय भाषी तथा सबके आशय का ज्ञाता है, वह इस संसार में कभी शोक को प्राप्त नहीं होता । हे पुत्र ! अहङ्कार का त्याग कर कलङ्क की कालिमा से सर्वथा बचे रहो और आकाश के समान निर्मल जीवन वाले शुद्ध मन से स्वच्छन्द विचरण करो ॥ ६१—६२ ॥

उदारः पेशलाचारः स [पू] वचिरानुवृत्तिमान् ।

अन्तः सङ्गपरित्यागी बहिः संसारवानिव ॥७०

अन्तर्वैराग्यमादाय बहिराशोन्मुखेहितः ।

अयं बन्धुरयं नेति कलना लघुचेतसाम् ॥७१

उदारचरितानां तु वसुधैव कुटुम्बकम् ।

भवभावनया मुक्तं जराभरणवर्जितम् ॥७२

प्रशान्तकलनाऽऽरम्भं नीरागं पदमाश्रय ।

एषा ब्राह्मी स्थितिः स्वच्छा निष्कामा विगतामया ॥७३

आदाय विहरन्मवं संकटेषु विमुह्यति ।

वैराग्येणाय शस्त्रेण महत्त्वादिगुणैरपि ॥७४

यत्नोपविहरार्थं तत् स्वयमेवोन्नयेन्मनः ।

वैराग्यात् पूर्णतामेति मनोनाशवशानुगम् ॥७५

आशया रिक्ततामेति शरदीव सरोऽमलम् ।

ममेव भुक्तविरसं व्यापारीघ पुनः पुनः ॥७६

दिवसे दिवसे कुर्वन् प्राज्ञः कस्मान्नं लज्जते ।

चिच्चैत्यकलितो बन्धस्तन्मुक्तो मुक्तिरुच्यते ॥७७

चिदचंत्याऽखिलात्मेति सर्वसिद्धान्तसंग्रहः ।

एतं निश्चयमादाय विलोकय धियेच्छया ॥७८

स्वयमेवात्मनाऽऽत्मानमानन्दं पदाप्स्यसि ।

चिदहं चिदिमे लोकाश्चिदाशाश्विमाः प्रजाः ॥७६

दृश्यदर्शननिर्मुक्तः केवलामलरूपवान् ।

नित्योदितो निराभासो द्रष्टा साक्षी चिदात्मकः ॥८०

चैत्यनिर्मुचिद्रूपं पूर्णज्योतिःस्वरूपकम् ।

संशान्तसर्वसंवेद्यं संविन्मात्रमहं महत् ॥८१

संशान्तसर्वसंकल्पः प्रज्ञान्तसंकल्पणः ।

निर्विकल्पपदं गत्वा स्वस्थो भव मुनीश्वर ॥८२

श्रेष्ठ आचरण वाला, उदार, विषयों में अनासक्त और सब श्रेष्ठ आचारों का अनुगामी होकर अन्तःकरण में वैराग्य धारण कर बाहर से श्रेष्ठ व्यवहार करे । 'यह मेरा बन्धु नहीं है और यह है' ऐसा विचार अल्प बुद्धि वाले करते हैं । जो लोग उदार मन वाले हैं, उनके लिए तो सम्पूर्ण संसार ही कुटुम्ब है । भाव-अभाव से रहित, जरा-मरण से सर्वथा दूर तथा जिसमें सभी संकल्प आश्रय लेते हैं, ऐसे ही राग-रहित परमपद में अवस्थित होना चाहिए । इस प्रकार की स्थिति ही कामना-रहित एवं निर्मल ब्राह्मी स्थिति कही गई है । इसका अवलम्बन करने वाला साधक संकट के उपस्थित होने पर भी मोह से दूर रहता है । शास्त्र से प्राप्त हुये ज्ञान द्वारा, महत्वादि गुणों के द्वारा अथवा वैराग्य धृति के द्वारा संकल्प को नष्ट करने पर मन स्वयं ही उन्नतावस्था को प्राप्त होने लगता है । निराशा के वश में पड़ा हुआ मन वैराग्य के बिना पूर्णता को प्राप्त नहीं हो सकता । जब वह आशा से समन्वित होता है, तब शरद् ऋतु में स्वच्छ हुए सरोवर के समान रागयुक्त हो जाता है । परन्तु भोगों से विरक्ति को प्राप्त हुये मन को बारम्बार रागादि में डालते हुए विज्ञ पुल्प लज्जित क्यों नहीं होते ? चित् और विषय का योग ही बन्धन है । उससे छुटकारा पा लेना ही मुक्ति कहा जाता है । वेदांत-

सिद्धान्त का यही एक सार है कि विषयों से मुक्त चित्त ही आत्मा है । इस विचार को सत्य मानकर स्वच्छ अन्तःकरण द्वारा स्वयं को ही देखो । ऐसा करने से आनन्दस्वरूप पद प्राप्त होगा । ये लोक, दिशायें और जीव-माष सब कुछ चित्त है, मैं स्वयं भी चित्त हूँ । दृश्य और दर्जन से स्वच्छन्द हुआ निर्मल रूप वाला यह साक्षी चिदात्मा आभास-रहित होता हुआ तथा नित्य प्रकट होता हुआ दृष्टा बन गया है । मैं महान् संवित् मान, पूर्ण ज्योतिस्वरूप, संवेदन से सर्वथा मुक्त और चिद्रूप हूँ । हे मुने ! सभी संकल्पों को शांत कर, कामनाओं के परित्यागपूर्वक निर्विकल्प में अवस्थित होओ ॥ ७०—८२ ॥

य इमां महोपनिषदं ब्राह्मणो नित्यमधीते अश्रोत्रियः श्रोत्रियो भवति । अनुपनीत उपनीतो भवति । सोऽग्निपूतो भवति । स वायुपूतो भवति । स सूर्योपूतो भवति । स सोमपूतो भवति । स सत्यपूतो भवति । स सर्वपूतो भवति । स सर्वेदेवैर्ज्ञातो भवति । स सर्वेषु तीर्थेषु स्नातो भवति । स सर्वेदेवैरनुध्यातो भवति । स सर्वं क्रतुभिरिष्टवान् भवति । गायत्र्याः षष्टिसहस्राणि जप्तानि फलानि भवन्ति । इतिहासपुराणानां रुद्राणां शतमहस्राणि जप्तानि फलानि भवन्ति । प्रणवानामयुतं जप्तं भवति । आचक्षुषः पंक्तिं पुनाति । आसप्तमात्रं पुरुषयुगान् पुनाति । इत्याह भगवान् हिरण्यगर्भः । आप्येनामृतत्वं च गच्छतीति महोपनिषत् ॥ ८३ ॥

इस महोपनिषत् का निरन्तर अध्ययन करने वाला ब्राह्मण यदि अश्रोत्रिय हो तो श्रोत्रिय हो जाता है । जो उपनीत न हो, वह उपनीत हो जाता है । इससे अग्निपूत, वायु पूत, सोमपूत, सत्यपूत आदि सब कुछ होता है । वह पूर्ण पवित्र होकर देवताओं से परिचय प्राप्त करता है । उसे सब देवताओं के ज्ञान का और तीर्थों का फल मिलता है, वह सब यज्ञों का अनुष्ठान कर्त्ता होकर सहस्रों गायत्री-जप के फल का भागी

होता है । वह दस सहस्र प्रणव के जाप का तथा सहस्रों इतिहासों और पुराणों के पाठ तथा अध्ययन का फल प्राप्त कर लेता है । वह जहाँ तक देखता है, वहाँ तक की पंक्ति को पवित्र कर देता है । पहिले पीछे की सात-सात पीढ़ियाँ समाप्त हो जाती हैं । इसके जप द्वारा अमृतत्व प्राप्त होता है । यह उपनिषद् है—ऐसा हिरण्यगर्भ ब्रह्माजी का कथन है ॥ ८३ ॥

॥ षष्ठ अध्याय समाप्त ॥

\* महोपनिषद् समाप्त \*



# त्रिशिखिब्राह्मणोपनिषत्

ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णत्पूर्णं मुदच्यते । पूर्णस्य पूर्णमादाय  
पूर्णमेवावशिष्यते । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

शान्ति पाठ—यह पूर्ण है, वह पूर्ण है, पूर्ण से पूर्ण बनता है ।  
पूर्ण में पूर्ण ले लेने पर पूर्ण ही शेष रहता है । ॐ शान्तिः शान्तिः  
शान्तिः ।

त्रिशिखी ब्राह्मण आदित्यलोकं जगाम । तं गत्वोवाच ।  
भगवन् किं देहः किं प्राणः किं कारणं किमात्मा ॥१॥

स होवाच सर्वमिदं शिव एव विजानीहि । किं तु नित्यः  
शुद्धो निरञ्जनो विश्वरुद्रवानन्दः शिव एकः स्वेन भासेदं सर्वं  
सृष्ट्वा तप्तायः पिण्डवत् ऐक्यं भिन्नवत् अवभासते । तद्भासकं  
किमिति चेत् उच्यते । सच्छब्दवाच्यं अविद्याशवलं ब्रह्म ॥२॥

ब्रह्मणोऽव्यक्तम् । अव्यक्तान्महत् । महतोऽहंकारः ।  
अहंकारात् पञ्चतन्मात्राणि । पञ्चतन्मात्रेभ्यः पञ्चमहाभूतानि ।  
पञ्चमहाभूतेभ्योऽखिलं जगत् ॥३॥

तदखिलं किमिति । भूतविकारविभागादिति । एकस्मिन्  
पिण्डे कथं भूतविकारविभाग इति । तत्कार्यकारणभेदरूपेण  
अंशतत्त्ववाचकव्याच्यस्थानभेदविषयदेवताकोशभेदविभागा  
भवन्ति ॥४॥

अथाकाशः अन्तःकरणमनोबुद्धिचित्ताहंकाराः । वायुः  
समानोदानोव्यानापानप्राणाः । वह्निः श्रोत्रत्वक्चक्षुर्जिह्वाघ्राणाः ।  
आपः शब्दस्पर्शरूपरसगन्धाः । पृथिवी वाक्प्राणिपादपायूपस्थाः ॥५॥



त्रिशिखीब्राह्मण ने आदित्य लोक में जाकर भगवान् आदित्य से पूछा—“भगवन् ! देह क्या है ? प्राण क्या है ? कारण क्या है ? आत्मा क्या है ?” आदित्य भगवान् ने उत्तर दिया—“इस समस्त को शिव रूप जानो । वही नित्य, शुद्ध, निरञ्जन, विमु, अद्वय शिव अपने एक ही प्रकाश से सब को देख कर तप्त लोहे के पिण्ड के समान एक को अनेक रूपों में प्रकाशित करता है । यदि यह प्रश्न किया जाय कि वह प्रकाश करने वाला कौन है तो कहा जायगा कि अविद्या-युक्त ब्रह्म ‘सत्’ शब्द का वाच्य है । ब्रह्म से अव्यक्त, अव्यक्त से महत्, महत् से अहंकार, अहंकार से पाँच तन्मात्रा, पंच तन्मात्राओं से पञ्चमहाभूत और पञ्चमहाभूत से यह समस्त जगत उत्पन्न होता है । वह सम्पूर्ण क्या है ? यह भूतों के विकार से उत्पन्न विभाग रूप है । भूतों के विकार से एक ही पिण्ड के विभाग किस प्रकार होते हैं ? उन विभिन्न भूतों के कार्य कारण भेद से अंश तत्त्व, वाचक-वाच्य, स्थान-भेद, विषय, देवता कोश भेद—ये विभाग होते हैं । अन्त-करण, मन, बुद्धि, चित्ता अहंकार पाँच आकाश हैं । समान, उदान, ध्यान, अपान, प्राण—ये पाँच वायु हैं । ओज, त्वचा, बिह्वा, घ्राण—ये अग्नि से हैं । शब्द, स्पर्श, रूप, रस और गन्ध—ये पाँच बल से हैं । बाणी, हाथ, पैर, गुदा और उपस्थ पृथ्वी से हैं ॥ १-५ ॥

ज्ञानसंकल्पनिश्चयानुसंधानाभिमाना आकाशकार्यान्तः-  
करणविषयाः । समीकरणोन्नयनग्रहणश्रवणोच्छ्वासा वायुकार्य-  
प्राणादिविषयाः । शब्दस्पर्शरूपरसगन्धा अग्निकार्यज्ञानेन्द्रिय-  
विषया अवाधिताः । वचनादानगमनविसर्गानन्दाः पृथिवीकार्य-  
कर्मन्द्रियविषयाः । कर्मज्ञानेन्द्रियविषयेषु प्राणतन्मात्रविषया-  
अन्तर्भूताः । मनोबुद्ध्योश्चत्ताहंकारी चान्तर्भूता ॥६॥

अवकाशविधूतदर्शनपिण्डीकारणाधारणाः सूक्ष्मतमा जैव-  
तन्मात्रविषयाः ॥ ७ ॥

एवं द्वादशाङ्गानि आध्यात्मिकान्याधिभौतिकान्याधिदैवि-  
कानि । अत्र निशाकरचतुर्मुखदिग्वातार्कवरुणाश्व्यनीन्द्रोपेन्द्र-  
प्रजापतियमा मक्षाधिदेवतारूपैर्द्वादशनाड्यन्तःप्रवृत्ताः प्राणा  
एवाङ्गानि अङ्गज्ञानं तदेव ज्ञातेति ॥ ८ ॥

अथ व्योमानिलानलजलान्नां पञ्चीकरणमिति । ज्ञातृत्वं  
समानयोगेन श्रोत्रद्वारा शब्दगुणो वागधिष्ठित आकाशे तिष्ठति  
आकाशस्तिष्ठति । मनो व्यानयोगेन त्वग्द्वारा स्पर्शगुणः पाण्यधि-  
ष्ठितो वायौ तिष्ठति वायुयुस्तिष्ठति । बुद्धिरुद्धानयोगेन चक्षुर्द्वारा  
रूपगुणः पादाधिष्ठितोऽग्नौ तिष्ठत्यग्निस्तिष्ठति । चित्तमपान-  
योगेन जिह्वाद्वारा रसगुण उपस्थाधिष्ठितोऽप्सु तिष्ठत्यापस्ति-  
ष्ठति । अहंकारः प्राणयोगेन घ्राणद्वारा गन्धगुणो गुदाधिष्ठितः  
पृथिव्यां तिष्ठति पृथिवी तिष्ठतीत्येवं वेद ॥ ९ ॥

ज्ञान, संकल्प, निश्चय, अनुसंधान अभिमान आकाश के कार्य  
तथा अन्तःकरण के विषय है । समीकरण, नेत्र खोलना, पकड़ना, सुनना,  
उच्छ्वास—ये वायु के कार्य और प्राणदि के विषय हैं । शब्द, स्पर्श रूप,  
रस, गन्ध, ये अग्नि के कार्य और ज्ञानेन्द्रियों के विषय हैं और जल के  
आश्रित हैं । बोलना, दान, गमन, विसर्जन तथा आनन्द पृथ्वी के कार्य  
तथा कर्मेन्द्रियों के विषय हैं । ज्ञानेन्द्रियों और कर्मेन्द्रियों के विषयों में  
प्राण तथा तन्मात्राओं के विषय भी अन्तर्भूत हैं । मन और बुद्धि में  
चित्त और अहङ्कार अन्तर्भूत हैं । अवकाश, हटाना, दर्शन, धारणा,  
सूक्ष्मतम तन्मात्रा के विषय हैं । इस प्रकार बारह अङ्ग हैं, जो आध्या-  
त्मिक, आधिभौतिक और अधिदैविक—तीनों भागों में हैं । इनमें चन्द्रमा,

ब्रह्मा, दिशा, वायु, सूर्य, वरुण अश्विनीकुमार, अग्नि, इन्द्र, उपेन्द्र, प्रजापति और यम—ये बारह इन्द्रियों के अधिदेवता रूप से बारह नाड़ियों में स्थित रहते हैं, ये प्राण ही हैं। अंगों का ज्ञानरूप ही जाता है। अव आकाश, वायु, अग्नि, जल, अन्न का पञ्चीकरण इस प्रकार है। समान वायु के योग से ज्ञात करना होता है, श्रोत्र द्वारा शब्दरूपी गुण वाणी के आश्रय से आकाश में स्थित है और आकाश भी स्थित है। ग्यान वायु के योग से मन है, त्वचा द्वारा स्पर्श गुण हाथ के सहारे वायु में स्थित है और वायु भी स्थित है। उदान वायु के योग से बुद्धि है, चक्षु द्वारा रूप गुण पैर के सहारे अग्नि में स्थित है और अग्नि स्थित है। अपान वायु के योग से वित्त है, जिह्वा द्वारा रस गुण उपस्थ के सहारे जल में स्थित है। प्राण वायु के योग से अहङ्कार है, नासिका द्वारा घ्राण गुण गुदा के सहारे पृथिवी में स्थित है और पृथिवी भी स्थित है, यह ज्ञातव्य है। इस विषय के ये श्लोक हैं ॥६-९॥

अत्रैते श्लोका भवन्ति—

पृथग्भूते षोडश कलाः स्वार्धभागान् परान् क्रमात् ।

अन्तःकरणव्यानाक्षिरसप्रायुनभः क्रमात् ॥१॥

मुख्यान् पूर्वोत्तररैर्भगिभूतेभूते चतुश्चतुः ।

पूर्वमाकाशमाश्रित्य पृथिव्यादिषु संस्थितः ॥२॥

मुख्या ऊर्ध्वे परा ज्ञेया ना [आ] परानुत्तरान्विदुः ।

एवमशो अभूतस्मात्तेभ्यश्चांशो अभूतथा ॥३॥

तस्मादन्योन्यमाश्रित्य ह्यो तं प्रोतमनुक्रमात् ।

पञ्चभूतमया भूमिः सा चेतनसमन्विता ॥४॥

तत ओषधयोऽन्नं च ततः पिण्डाश्चतुर्विधाः ।

रसासृङ् मांसमेदोऽस्थिमज्जाशुक्लानि धावतः ॥५॥

प्रत्येक तत्त्व के आधे भाग से और दूसरे तत्वों की सोलह कलाओं से अन्तःकरण, ध्यान, चक्षु, रस, गुदा (अर्थात् आकाशादि पाँचों) भूतों की स्थिति है । आकाश से लगाकर प्रत्येक भूत का मुख्य पूर्व भाग और अन्य भूतों के पिछले चार चार भाग पाँचों भूतों में स्थित रहते हैं ॥१-२॥ मुख्य भाग से ऊपर वाले को सूक्ष्म भूत जाने और पिछले को स्थूल जाने । इसी प्रकार ये एक दूसरे के अंश से सम्मिलित होते हैं ॥ ३ ॥ ये सब भूत इसी प्रकार एक दूसरे का आश्रय लेकर परस्पर में ओत-प्रोत हैं और इनसे युक्त यह पंचभूतमय पृथ्वी चेतन तत्त्व से समन्वित है ॥४॥ फिर इस पृथ्वी से औपधि, अन्न, चारों प्रकार के पिण्ड, रस रक्त, मांस, मेद, अस्थि, वीर्य आदि सप्त घातुओं की उत्पत्ति होती है ॥ ५ ॥

केचित्तद्योगतः पिण्डा भूतेभ्यः संभवा कचित् ।  
तस्मिन्नन्नमयः पिण्डो नाभिमण्डलसंस्थितः ॥६॥

अस्य मध्येऽस्ति हृदयं सनालं पद्मकोशवत् ।  
सत्त्वान्तर्वर्तिनो देवाः कर्त्रहंकारचेतनाः ॥७॥

अस्य बीजं तमःपिण्डं मोहरूपं जडं घनम् ।  
वर्तते कण्ठमाश्रित्य मिश्रीभूतमिदं जगत् ॥८॥

प्रत्यगानन्दरूपात्मा मूर्ध्नि स्थाने परंपदे ।  
अनन्तशक्ति संयुक्तो जगद्रूपेण भासते ॥९॥

सर्वत्र वर्तते जाग्रत्स्वप्नं जाग्रति वर्तते ।  
सुषुप्तं च तुरीयं च नान्यावस्थासु कुत्रचित् ॥१०॥

उन घातुओं के योग से कहीं पिण्डों की उत्पत्ति हो जाती है; नाभिस्थान में अन्नमय पिण्ड स्थित है ॥ ६ ॥ उसके मध्य भाग में नाल-युक्त पद्मकोश के समान हृदय है, उसके भीतर वे देवता, स्थित हैं जिनमें

कर्तापिन का अहङ्कार तत्त्व पाया जाता है ॥ ७ ॥ इसका मोह रूपी तमोगुण का पिण्ड अज्ञान कण्ठ के आश्रय से रहता और समस्त जगत में व्याप्त है ॥ ८ ॥ प्रत्येक आनन्दरूपी आत्मा परमपद मूर्धा स्थान में अनन्त शक्तियों से संयुक्त होकर जगत स्वरूप में प्रकाशित हो रहा है ॥ ९ ॥ जाग्रत सर्वत्र विद्यमान है, स्वप्न जाग्रत में रहता है । सुषुप्ति और तुरीय अवस्थायें अन्य अवस्थाओं में नहीं पायी जातीं ॥ १० ॥

सर्वदेशेष्वनुस्यूतश्चतुरूपः शिवात्मकः ।

यथा महाफले सर्वे रसाः सर्वप्रवर्तकाः ॥११

तथैवान्नमये कोशे कोशास्तिष्ठन्ति चान्तरे ।

यथा कोशस्तथा जीवो यथा जीवस्तथा शिवः ॥१२

सविकारस्तथा जीवो निर्विकारस्तथा शिवः ।

कोशास्तस्य विकारस्ते ह्यवस्थासु प्रवर्तकाः ॥१३

यथा रसाशये फेनं मथनादेव जायते ।

मनोनिर्मथानादेव विकल्पा बहवस्तथा ॥१४

कर्मणा वर्तते कर्मो तत्त्यागाच्छास्तिमाप्नुयात् ।

अयने दक्षिणो प्राप्ते प्रपञ्चाभिमुखं गतः ॥१५

सब स्थानों में शिव स्वरूप चार रूपों में वर्तमान है जैसे उत्तम फलों में रस सर्वत्र व्याप्त रहता है ॥ ११ ॥ वहाँ अन्नमय-कोश के भीतर अन्य कोश रहते हैं । जैसे-जैसे कोश हैं वंसा ही जीव है और जैसा जीव है वंसा ही शिव ( परमात्मा ) है ॥१२॥ अन्तर इतना ही है कि जीव विकार सहित है और शिव विकारों से रहित है । कोश ही जीव के विकार हैं जो सब अवस्थाओं में प्रवर्तक हैं ॥ १३ ॥ जैसे दूध को मथने से फेन की उत्पत्ति होती है उसी प्रकार मन के मथे जाने से

नाना प्रकार के विकल्प उत्पन्न होते हैं ? ॥ १४ ॥ कर्म से कर्मों का अस्तित्व है, कर्मत्याग से शान्ति हो जाती है। दक्षिण अयन में आने से उसे प्रपञ्च में लिप्त होना पड़ता है ॥ १५ ॥

अहंकाराभिमानेन जीवः स्याद्धि सदाशिवः ।  
 स चाविवेकप्रकृतिसङ्गत्या तत्र मुह्यते ॥१६॥  
 नानायोनिशतं गत्वा शेतेऽसौ वासनावशात् ।  
 विमोक्षात्संचरत्येव मत्स्यः कूलद्वयं यथा ॥१७॥  
 ततः कालवशादेव ह्यात्मज्ञानविवेकतः ।  
 उत्तराभिमुखो भूत्वा स्थानात्स्थानान्तरं क्रमात् ॥१८॥  
 मूर्छन्याघात्मनः प्राणान्योगाभ्यासं स्थितश्चरन् ।  
 योगात्संजायते ज्ञानं ज्ञानाद्योगः प्रवर्तते ॥१९॥  
 योगज्ञानपरो नित्यं स योगी न प्रणश्यति ।  
 विकारस्थं शिवं पश्येद्विकारश्च शिवे न तु ॥२०॥  
 योगप्रकाशकं योगैर्घ्ययिज्ञानन्यभावनः ।  
 योगज्ञाने न विद्येते तस्य भावो न सिध्यति ॥२१॥

अहंकार से घुबत हो जाने के कारण सदाशिव ( परमात्मा ) को जीवकोटि में आना पड़ता है। वहाँ अविवेक और प्रकृति के संयोग से वह मोहग्रस्त होजाता है ॥ १६ ॥ वासनाओं में फँस कर वह सैकड़ों योनियों में जाता रहता है और मछली के घूमने के समान सर्वत्र भटकता रहता है ॥ १७ ॥ फिर काल प्रभाव से वह विवेक और आत्मज्ञान की प्राप्त होकर उत्तरामुख होकर एक दर्जा से दूसरे दर्जा को प्राप्त होता जाता है ॥ १८ ॥ तब वह अपने प्राणों को भूर्धा में धारण करके योगाभ्यास में प्रवृत्त होता है। योग से ज्ञान और ज्ञान से योग की प्रवृत्ति होती है ॥ १९ ॥ जो योगी सदैव ज्ञान योग में संलग्न रहता है वह

नष्ट नहीं होता । वह विकारों में भी सदैव शिव ( ब्रह्मभाव ) के दर्शन करता है । ऐसा विज्ञान-योगी सर्व विकारों से रहित ब्रह्म का अनन्य भाव से ध्यान करे । जिसको इस प्रकार ज्ञानयोग नहीं होता उसको सिद्धि प्राप्त नहीं होती ॥२०-२१॥

तस्मादभ्यासयोगेन मनःप्राणान्निरोधयेत् ।  
योगी निशितधारेण क्षुरेणैव निष्क्रान्तयेत् ॥२२  
शिखा प्राणमयी वृत्तिर्यमादृष्टाङ्गसाधनैः ।  
ज्ञानयोगः कर्मयोग इति योगो द्विधा मतः ॥२३  
क्रियायोगमथेदानीं शृणु ब्राह्मणसत्तम ।  
अव्याकुलस्य चित्तस्य बन्धनं विषये कचिन् ॥२४

इस प्रकार योग के अभ्यास द्वारा प्राणों से मन का निरोध करे मानो छुरी की पंजी धार से उसको काट दे । यम-नियम आदि अष्टांग योगसाधन से ज्ञानमयी शिखा उत्पन्न होती है । योग की दो श्रृणियाँ हैं-ज्ञानयोग और कर्मयोग ॥ २२-२३ ॥ हे श्रेष्ठ ब्राह्मण ! अब क्रिया (कर्म) योग के विषय में बतलाते हैं कि जिसका चित्त व्याकुलता रहित होता है वह विषयों के बन्धन में नहीं पड़ता ॥ २४ ॥

यत्संयोगो द्विजश्रेष्ठ स च द्वै विध्यमश्नुते ।  
कर्म कर्तव्यमित्येव विहितेष्वेव कर्मसु ॥२५  
बन्धनं मनसो नित्यं कर्म योगः स उच्यते ।  
यत्तु चित्तस्य सततमर्थे श्रेयसि बन्धनम् ॥२६  
ज्ञानयोगः स विज्ञेयः सर्वसिद्धिकरः शिवः ।  
यस्योक्तलक्षणो योगो द्विविधेऽप्यव्ययं मनः ॥२७  
स याति परमं श्रेयो मोक्षलक्षणमञ्जसा ।

देहेन्द्रियेषु वैराग्यं यम इत्युच्यते बुधैः ॥२८  
 अनुरक्तिः परे तत्त्वे सततं नियमः स्मृतः ।  
 सर्ववस्तुन्युदासीनभाव आसनमुत्तमम् ॥२९  
 जगत्सर्वमिदं मिथ्याप्रतीतिः प्राणसंयमः ।  
 चित्तस्यान्तर्मुखीभावः प्रत्याहारस्तु सत्तम ॥३०

इसी प्रकार संयोग भी दो प्रकार के होते हैं । शास्त्रानुसूल कर्मों में सदैव मन का निग्रह करते रहना कर्मयोग कहलाता है । चित्त को निरन्तर आत्म-कल्याण में संलग्न रखना ज्ञानयोग है । इससे सब प्रकार की आत्मा सम्बन्धी सिद्धियाँ प्राप्त होती हैं । इस प्रकार दोनों तरह के योगों का जो निर्विकार भाव से करता है वह विना विलम्ब मोक्ष रूपी परम श्रेय को प्राप्त कर लेता है । देह और इन्द्रियों के प्रति सब प्रकार से वैराग्य भावना यम कहलाता है ॥२५-२८॥ और परम तत्त्व से सदा अनुराग रखना नियम कहा गया है । सब वस्तुओं में उदासीन वृत्ति ही सर्वोत्तम आसन है ॥ २९ ॥ जगत् के मिथ्या स्वरूप को भली प्रकार समझ लेना प्राणायाम है । चित्त की अन्तर्मुखी वृत्ति ही प्रत्याहार है ॥ ३० ॥

चित्तस्य निश्चलीभावो धारणा धारणं विदुः ।  
 सोऽहं चिन्मात्रमेवेति चिन्तनं ध्यानमुच्यते ॥३१  
 ध्यानस्य विस्मृतिः सम्यक्समाधिरभिधीयते ।  
 अहिंसा सत्यमस्तेयं ब्रह्मचर्यं दत्ताऽऽर्जवम् ॥३२  
 क्षमा धृतिर्मिताहारः शौचं चेति यमा दश ।  
 तपस्सन्तुष्टिरास्तिक्यं दानमाराधनं हरेः ॥३३  
 वेदान्तश्रवणचैव ह्रीर्मतिश्च जपो व्रतम् ।



आसनानि तदङ्गानि स्वस्तिकादीनि वै द्विज ॥३४

वर्ण्यते स्वस्तिकं पादतलयोरुभयोरपि ।

पूर्वोत्तरे जानुनी द्वे कृत्वाऽऽसनमुदीरितम् ॥३५

चित्त को निश्चल बना लेना धारणा है और मैं चिन्मात्र रूप हूँ— यह भावना ध्यान है ॥ ३१ ॥ ध्यान का भी पूर्णतः विस्मरण कर देना समाधि है । अहिंसा, सत्य, अस्तेय, ब्रह्मचर्य, दया, आर्जन ( सरलता ), क्षमा, धैर्य, मित्राहार और शुद्धता—ये दस नियम हैं । तप, संतोष, आस्तिकता, दान, भगवत्-आराधन, वेदान्त-श्रवण, ह्री और जप को व्रत कहा जाता है । अब स्वस्तिक आदि आसन और उनकी विधि को बतलाते हैं ॥३२-३४॥ दोनों पैरों के तलुओं को दोनों घुटनों के बीच में करके बैठना स्वास्तिक आसन है ॥३५॥

सव्ये दक्षिणगुल्फं तु पृष्ठापार्श्वे नियोजयेत् ।

दक्षिणोऽपि तथा सव्यं गोमुखं गोमुखं यथा ॥३६

एकं चरणमन्यस्मिन्तूरावारोप्त निश्चलः ।

आस्ते यदिमेनोघ्नं वीरासनमुदीरितम् ॥३७

गुदं नियम्य गुल्फाभ्यां व्युत्क्रमेण समाहितः ।

योगासनं भवेदेतदिति योगविदो विदुः ॥३८

ऊर्ध्वोरुपरि वै धत्ते यदा पादतले उभे ।

पद्मासनं भवेदेतत्सर्वव्याधिविषापहम् ॥३९

पद्मासनं सुसंस्थाप्य तदंगुष्ठद्वयं पुनः ।

व्युत्क्रमेणैव हस्ताभ्यां वद्धपद्मासनं भवेत् ॥४०

पीठ के बाईं ओर दाहिने गुल्फ को और दांयी और बायें गुल्फ को लगाने से जो गौ के मुख की तरह होता है, वही गोमुख आसन होता है ॥ ३६ ॥ एक चरण को बांयी जांघ पर और दूसरे को दाहिनी जांघ पर रखने से वीरासन होता है ॥ ३७ ॥ दाहिनी

ऐड़ी को गुदा के बायीं तरफ और बायीं ऐड़ी को गुदा के दाहिनी तरफ लगाकर बैठे तो वह योगासन कहा जाता है ॥ ३८ ॥ दोनों जाँघों पर दोनों पैर के तलवों को रखकर बैठने से पद्मासन होता है जो सब व्याधियों और विषों का नाशक बतलाया गया है ॥ ३९ ॥ पद्मासन पर अच्छी तरह से बैठकर दाहिने हाथ से बाएँ पैर के अँगूठे को और बायें हाथ से दाहिने पैर के अँगूठे को पकड़ना बद्ध-पद्मासन कहलाता है ॥ ४० ॥

पद्मासनं सुसंस्थाप्य जानूर्वोरन्तरे करी ।

निवेश्य भूमावातिष्ठेद्व्योमस्थः कुक्कुटासनः ॥४१॥

कुक्कुटासनबन्धस्थो दोर्भ्यां संवध्य कन्धरम् ।

शेते कूर्मवदुत्तान एतदुत्तानकूर्मकम् ॥४२॥

पादांगुष्ठौ तु पाणिभ्यां गृहीत्वा श्रवणावधि ।

धनुराकर्षकाकृष्टं धनुरासनमीरितम् ॥४३॥

सीवनीं गुल्फदेशेभ्यो निपीड्य व्युत्क्रमेण तु ।

प्रसार्य जानुनोर्हस्तावासनं सिंहरूपकम् ॥४४॥

गुल्फौ च वृषणस्याघः सीविन्युभयपार्श्वयोः ।

निवेश्य भूमौ हस्ताभ्यां बद्ध्वा भद्रासनं भवेत् ॥४५॥

पद्मासन पर अच्छी तरह बैठकर दोनों हाथों को जानु और जंघाओं के बीच से निकाल कर भूमि पर लगाकर शरीर को आकाश में अधर स्थित रखने से कुक्कुट-आसन होता है ॥ ४१ ॥ कुक्कुट आसन लगाकर दोनों भुजाओं से दोनों कंधों को बांधकर कछुए के समान सीधा हो जाना उत्तान-कूर्मासन कहा जाता है ॥ ४२ ॥ दोनों पैरों के अँगूठों को पकड़ कर धनुष के आकार में कानों तक खींचे तो यह धनुरासन होता है ॥ ४३ ॥ दोनों एड़ियों से सीवन-स्थान को विपरीत विधि से दबाकर दोनों घुटनों तथा हाथों को फैला-

कर स्थित होने को सिंहासन कहते हैं ॥ ४४ ॥ सींवन के दोनों तरफ दोनों एड़ियों को रखकर हाथ पैर को बांधकर बैठने से भद्रासन होता है ॥ ४५ ॥

सीवनीपाश्वर्षमुभयं गुल्फाभ्यां व्युत्क्रमेण तु ।  
 निपीड्यासनमेतच्च मुक्तासनमुदीदिरितम् ॥४६॥  
 अवष्टभ्य धरां सम्मत्तलाभ्यां हस्तयोर्द्वयोः ।  
 कूर्परौ नाभिपाश्वे तु स्थापयित्वा मयूरवत् ॥४७॥  
 सामुन्नतशिरः पादौ मयूरासनमिष्यते ।  
 वामोरुभूले दक्षांघ्रि जान्वोर्बेष्टितपाणिना ॥४८॥  
 वामेन वामांगुष्ठं तु ग्रहीतं मत्स्यपीठकम् ।  
 योनिं वामेन संपीड्य मेढ्रादुपरि दक्षिणम् ॥४९॥  
 ऋजुकायः समासीनः सिद्धासनमुदीरितम् ।  
 प्रसार्य भुवि पादौ तु दोर्म्यामंगुष्ठमादरात् ॥५०॥  
 जानूपरि ललाटं तु पश्चिमं ताणमुच्यते ।  
 येन केन प्रकारेण सुखं धार्यं च जायते ॥५१॥  
 तत्सुखासनमित्युक्तमशक्तस्तत्समाचरेत् ।  
 आसनं विजितं येन जितं तेन जगत्त्रयम् ॥५२॥

सींवन के दोनों पाश्वर्षों को दोनों एड़ियों से विपरीत रीति से दबाकर बैठने से मुक्तासन होता है ॥ ४६ ॥ दोनों हथेलियों को भूमि पर स्थापित करके दोनों कोहनियों को नाभि के दोनों तरफ लगावे, फिर मोर की तरह सब शरीर को अघर करके सिर और पैरों को ऊपर की तरफ उठाये रहने से मयूरासन होता है । बाईं जाँघ की जड़ में दाहिने पैर को रखे और फिर बाँये घुटने का हाथ से लपेटकर उसी पैर के अँगूठे को पकड़े तो यह मत्स्येन्द्र आसन होता है । बाँये पैर की ऐड़ी को सींवन पर लगाये और दाहिने पैर को

उपस्थ के ऊपर रखे, इस प्रकार सीधा शरीर करके बैठने को सिद्धासन कहते हैं । दोनों पैरों को जमीन पर फैलाकर दोनों हाथों से पैर के अँगूठों को पकड़ ले और फिर सिर को घुटनों पर लगावे, यह पश्चिमोत्तान आसन होता है । जिस प्रकार बैठने से सुख और स्थिरता प्राप्त हो, उसी प्रकार बैठने को सुखासन कहते हैं । जो व्यक्ति असमर्थता के कारण अन्य आसनों को न लगा सके, वह इसको लगावे । जिसने आसन को जीत लिया उसने तीनों लोकों को जीत लिया ॥४६—५२॥

यमैश्च नियमैश्चैव ह्यासनेश्च सुसंयतः ।  
 नाडीशुद्धिं च कृत्वाऽऽदौ प्राणायामं समाचरेत् ॥५३॥  
 देहमानं स्वांगुलिभिः षष्णवत्यंगुलायतम् ।  
 प्राणः शरीरादधिको द्वादशांगुलमानतः ॥५४॥  
 देहस्यमनिलं देहसमुद्रभू तेन वह्निना ।  
 न्यूनं समं वा योगेन कुर्वन्ब्रह्माविदिष्यते ॥५५॥  
 देहमध्ये शिखिस्थानं तप्तजाम्बूनदप्रभम् ।  
 त्रिकोणं द्विपदामन्यच्चतुरश्रं चतुष्पदम् ॥५६॥  
 वृत्तं बिहङ्गमानां तु षडश्रं सर्पजन्मनाम् ।  
 अष्टाश्रं स्वेदजानां तु तस्मिन्दीपवदुज्ज्वलम् ॥  
 कन्दस्थानं मनुष्याणां देहमध्यं नवांगुलम् ।  
 चतुरंगुलमुत्सेधं चतुरंगुलमायतम् ॥५७॥  
 अण्डाकृतिं तिरश्चां च द्विजानां च चतुष्पदम् ।  
 तुन्दमध्यं तदिष्टिं वै तन्मध्यं नाभिरिष्यते ॥५८॥  
 तत्र चक्रं द्वादशारं तेयु विष्ण्वादिमूर्तयः ।  
 अहं तत्र स्थितश्चक्रं भ्रामयामि स्वमायया ॥५९॥  
 अरेषु भ्रमते जीवः क्रमेण द्विजयत्तमः ।  
 समथा भ्रमति लूतिका ॥६०॥

यम, नियम और आसन द्वारा भली प्रकार नाड़ी-शोधन करके प्राणायाम करे ॥५३॥ मानव-देह का प्रमाण अपनी अँगुलियों से छियानवे अँगुल का है । शरीर से प्राण बाहर अँगुल अधिक प्रमाण वाला होता है ॥५४॥ देह में स्थित वायु को देहस्थ अग्नि के योग द्वारा न्यून और सम करने से ब्रह्मज्ञान प्राप्त किया जाता है ॥५५॥ मानव देह के मध्य में तप्त सुवर्ण की प्रभा वाला तीन कोणयुक्त अग्नि का स्थान होता है । चार पैर वाले पशुओं में यह अग्नि स्थान चार कोने का होता है । पक्षियों का गोल, सर्प जाति वालों का छः कोने और स्वेदजों का आठ कोने वाला होता है । मानव-देह में उस स्थान पर नौ अँगुल प्रमाण का एक कन्द रहता है जो दीपक के समान प्रकाशित होता है । वह चार अँगुल ऊँचा और चार अँगुल चौड़ा होता है ॥५६—५६॥ तिर्यक, पक्षी और चौपायों में यह कन्द आण्डाकार होता है और उसका मध्यस्थान नाभि कहा जाता है इसमें बारह आरे वाला चक्र है जिसमें विष्णु आदि देवों की मूर्तियाँ हैं । इस चक्र को मैं (ब्रह्मा) अपनी माया से फिराता रहता हूँ ॥५९॥ इन बारह आरों में जीव इस प्रकार घूमता रहता है जैसे मकड़ी अपने जाले में फिरती है ॥६०॥

प्राणाधिरूढश्चरति जीवस्तेन विना नहि ।  
 तस्योर्ध्वे कुण्डलीस्थानं नाभेस्तिर्यगथोर्ध्वतः ॥६१॥  
 अष्टप्रकृतिरूपा सा चाष्टधा कुण्डलीकृता ।  
 यथावद्वायुसंचारं जलान्नादि च नित्यशः ॥६२॥  
 परितः कन्दपाशेन तु निरुध्येव सदा स्थिता ।  
 मुखेनैव समावेष्टय ब्रह्मरन्ध्रमुखं यथा ॥६३॥  
 योग कालेन न मरुता साग्निना बोधिता सती ।

स्फुरिता हृदयाकाशे नागरूपा महोज्ज्वला ॥६४

अपानाद्द्वयङ्गुलादूर्ध्वमधो मेदस्थ तावता ।

देहमध्यं मनुष्याणां हृन्मध्यं तु चतुष्पदाम् ॥६५

जीव प्राण पर आरुढ़ होकर ही भ्रमण करता है, उसके बिना नहीं कर सकता । उसके ऊपर कुण्डलिनी का तिरछा और ऊँचा स्थान है ॥६१॥ वह अष्ट प्रकृतिरूपा आठ प्रकार की कुण्डली करके कन्द को घेरे हुए है और वायु तथा अन्न-जल के सञ्चार को रोकती रहती है । उसने ब्रह्मरन्ध्र के मुख को अपने मुख से ढका हुआ है ॥६२—॥६३॥ योगाभ्यास द्वारा यह कुण्डलिनी शक्ति पवन द्वारा जाग्रत अग्नि के समान हृदयाकाश में नाग रूप से अत्यन्त उज्ज्वल स्फुरित होती है ॥६४॥ अपान से दो अङ्गुल ऊपर और मेढ़ से नीचे, मानव-देह का मध्य भाग माना जाता है । चौपायों का मध्य भाग उनके हृदय-स्थान में होता है ॥६५॥

इतरेषां तुन्द मध्यं नानानाडीसमावृतम् ।

चतुष्प्रकारद्वययुते देहमध्ये सुषुम्नया ॥६६

कन्दमध्ये स्थिता नाडी सुषुम्ना सुप्रतिष्ठिता ।

पद्मसूत्रप्रतीकाशा ऋजुर्ध्वप्रवर्तिनी ॥६७

ब्रह्मणो विवरं यावद्विद्युदाभासनालकम् ।

वैष्णवी ब्रह्मनाडी च निर्वणिप्रप्तिपद्धतिः ॥६८

इडा च पिङ्गला चैव तस्याः सव्येतरौ स्थिते ।

इडा समुत्थिता कन्दाद्रामनासापुटावधिः ॥६९

पिङ्गला चोत्थिता तस्माद्दक्षनासापुटावधिः ।

गन्धारी हस्तिजिह्वा च द्वे चान्ये नाडिके स्थिते ॥७०

पुरतः पृष्ठतस्याः वामेतरद्वयौ प्रति ।

पूषायशस्विनीनाड्यौ तस्मादेव समुत्थिते ॥७१

सन्ध्येतरश्रुत्यवधि पायु मूलावलम्बुसा ।

अधोगता शुभा नाडी मेद्रान्तावधिरायता ॥७२

अन्य प्राणियों का मध्य भाग नाभि के मध्य में होता है । प्राण और अपान से संयुक्त सपुम्ना नाड़ी देह में चार प्रकार से प्रकाशित होती है ॥६६॥ कन्द के मध्य भाग में जो सपुम्ना-नाड़ी स्थित है, वह पद्मसूत्र के समान अत्यन्त सूक्ष्म है और सीधी ऊपर की तरफ गई है ॥६७॥ ब्रह्मरन्ध्र तक जाने वाली यह “वैष्णवी ब्रह्मनाड़ी” विद्युत् के समान प्रकाशयुक्त और निर्वाण प्राप्त करने वाली है ॥६८॥ उसके अगल-वगल में इडा और पिंगला नाड़ियाँ स्थित हैं । इडा कन्द से निकलकर बाँये नासापुट तक गई है और पिंगला दाँये नासापुट तक । गान्धारी और हस्तजिह्वा दो अन्य नाड़ियाँ भी वहाँ हैं जो उनके आगे-पीछे बाँयी और दाँयी आँख तक गई हैं । पूषा और यशस्विनी दो नाड़ियाँ गुदा मूल से निकलकर दाँये और बाँये कान तक गई हैं । अलम्बुसा नाम की नाड़ी मेढ़ स्पान के अन्त तक नीचे की ओर गई है ॥६९—७१॥

पादांगुष्ठावधिः कन्दाद्रधोयाता च कौशिकी ।

दशप्रकारभूतास्ताः कथिताः कन्दसंभवाः ॥७३

तन्मूला बह्वो नाड्यः स्थूलाः सूक्ष्माश्च नाडिकाः ।

द्वासप्ततिसहस्राणि स्थूलाः सूक्ष्मश्च नाड्यः ॥७४

संख्यातुं नैव शक्यन्ते स्थूलमूलाः पृथग्विधाः ।

यथाऽश्वत्थदले सूक्ष्माः स्थूलाश्च विततास्तथा ॥७५

प्राणापानौ समानश्च उदानो व्यान एव च ।

नागः कूर्मश्च कृकरो देवदत्तो घनंजयः ॥७६

चरिन्त दशनाडीषु दश प्राणादिवायवः ।

प्राणादिपञ्चकं तेषु प्रधानं तत्र च द्वयम् ॥७७

प्राण एवाथवा ज्येष्ठो जीवात्मनं विभर्ति यः ।

आस्यनासिकयोर्मध्यं हृदयं नाभिमण्डलम् ॥७८

पादांगुष्ठमिति प्राणस्थानानि द्विजसत्तम ।

अपानश्चरति ब्रह्मन् गुदमेढ्रो रुजानुषु ॥७९

समानः सर्वगात्रेषु सर्वव्यापी व्यवस्थितः ।

उदानः सर्वसन्धिस्थः पादयोर्हस्तयोरपि ॥८०

कन्द से पैर के अंगूठे तक कौशकी नाम वाली नाड़ी गई है । इस प्रकार ये दस नाड़ियाँ कन्द से निकली हुई कही गई हैं ॥ ७३ ॥ उनसे निकलने वाली अन्य बहुत सी स्थूल और सूक्ष्म नाड़ियाँ हैं, जिनकी संख्या सब मिलाकर बहत्तर हजार कही गई है ॥ ७४ ॥ इन स्थूल और सूक्ष्म नाड़ियों की गिनती कर सकना कठिन है, वे उसी प्रकार फैली हुई हैं जिस प्रकार पीपल के पत्ते में नसें फैली होती हैं ॥ ७५ ॥ प्राण, अपान, समान, उदान, व्यान, नाग, कूर्म, कृकर, देवदत्त और घनक्षय—ये दश वायु भी नाड़ियों में चलते रहते हैं । इनमें प्राण आदि प्रथम पाँच मुख्य हैं, अथवा दो ( प्राण और अपान ) मुख्य हैं अथवा प्राणवायु ही सबसे मुख्य है जो जीव को धारण किये रहता है । हे द्विज श्रेष्ठ ! प्राण के मुख्य स्थान पाँच हैं—मुख नासिका का मध्य भाग, हृदय, नाभि-मण्डल और पैर का अंगूठा अपान, गुदा, मेढू, अङ्घ्रा, और घुटने में जलता है । समान वायु सब अङ्गों में व्याप्त रहता है और उदान चारों हाथ पैरों और सब संधि स्थानों में स्थित है ॥७६-८०॥

व्यानः श्रोत्रोरुक्थ्यां च गुल्फस्कन्धगलेषु च ।

नागादिवायवः पञ्च त्वगस्थ्यादिषु सस्थिताः ॥८१

तुन्दस्थं जलमन्त्रं च रसादि च समीकृतम् ।

तुन्दमध्यगतः प्राणस्तानि कुर्यात्पृथक्पृथक् ॥८२



इत्यादिचेष्टनं प्राणः करोति च पृथक्स्थितः ।  
 अपानवायुर्मुत्रादेः करोति च विसर्जनम् ॥८३॥  
 प्राणापानादिचेष्टादि क्रियते व्यानवायुना ।  
 उज्जीर्यते शरीरस्थमुदानेन नभस्वता ॥८४॥  
 पोषणादि शरीरस्य समानः कुरुते सदा ।  
 उद्गारादिक्रियो नागः कूर्मोऽस्यादिनिमोलनः ॥८५॥

व्यान नामक वायु श्रोत्र, जङ्घा कमर एड़ी, कन्धे, गले में रहता है तथा नाग आदि पाँच उपवायु त्वचा, अस्थि आदि में स्थित हैं ॥ ८१ ॥ आमाशय में स्थित जल, अन्न रसादिक को प्राणवायु एकत्र करके फिर पृथक् पृथक् करता है ॥ ८२ ॥ इन कार्यों को प्राणवायु पृथक् रह कर करता है । मल और मूत्र के विसर्जन का कार्य अपान-वायु द्वारा होता है ॥ ८३ ॥ प्राण, अपान वायुओं की चेष्टाएँ व्यान वायु के योग से की जाती हैं और शरीरस्थ उदान से ऊर्ध्वगामी हुआ जाता है ॥ ८४ ॥ शरीर को पोषण सदैव समान वायु द्वारा होता है । डकार आदि क्रिया नाग से होती है और आँखों का लोलना बन्द करना कूर्म का कार्य है ॥ ८५ ॥

कृकरः क्षपयोः कर्ता दत्तो निद्रादिकर्मकत् ।  
 मृतगात्रस्य शोभादि घनंजय उदाहृतः ॥८६॥  
 नाडीभेदं मरुद्भेदं मरुतां स्थानमेव च ।  
 चेष्टाश्च विविक्षास्तेषां ज्ञात्वं द्विजसत्तम ॥८७॥  
 शुद्धौ यतेत नाडीनां पूर्वोक्तज्ञानसंयुतः ।  
 विविक्तदेशमास्थाय सर्वं संबन्धवर्जितः ॥८८॥  
 योगाङ्गद्रव्यसंपूर्णं तत्र दारुमये शुभे ।  
 आसने कल्पिते दर्भकुशकृष्णाजिनादिभिः ॥८९॥

तावदासनमुत्सेधे तावद्द्वयसमायते ।

उपविश्यासनं सम्यक्स्वस्तिकादि यथारुचि ॥६०॥

भूख लगना कृकर का, निद्रा आदि देवदत्त का और मृत शरीर की शोभा आदि घनञ्जय वायु का कार्य है ॥ ८६ ॥ हे श्रेष्ठ ब्राह्मण ! नाड़ी, वायु, प्राणों के स्थान और चेष्टाएँ विविध प्रकार की हैं, उनको जानना चाहिये ॥ ८७ ॥ जब पूर्वोक्त विधि से नाड़ियों को शुद्ध कर ले तब सब प्रकार के सम्बन्धों को त्याग कर एकान्त स्थान में, सब प्रकार की योग-साधन में आवश्यक सामग्री लेकर लकड़ी की बनी कुटी में दर्भ, कुशा और मृग चर्म का आसन प्रस्तुत करे ॥ ८८-८९ ॥ जब तक दोनों तरफ के अङ्ग समान न हो जाय तब तक आसन-साधन करता रहे । इसके लिए आसन स्थान पर बैठकर अपनी रुचि के अनुसार स्वास्तिक आदि कोई-सा भी आसन लगाता रहे ॥ ९० ॥

बद्ध्वा प्रागासनं विप्र ऋजुकायः समाहितः ।

नासाग्रन्यस्तनयनो दन्तैर्दन्तानसपृश्नत् ॥६१॥

रसनां तालुनि न्यस्य स्वस्थचित्ता निरामयः ।

आकुञ्चितशिरः किञ्चिन्निबध्नन्योगमुद्रया ॥६२॥

हस्तौ यथोक्तविधिना प्राणायामं समाचरेत् ।

रेचनं पूरणं वायो शोधनं रेचनं तथा ॥६३॥

चतुर्भिः क्लेशनं वायोः प्राणायाम उदीर्यते ।

हस्तेन दक्षिणेनैव पीडयेन्नासिकापुटम् ॥६४॥

शनैः शनैरथ बहिः प्रक्षिपेत्पिङ्गलानिलम् ।

इडया वायुमापूर्य ब्रह्मन्बोशमात्रया ॥६५॥

पूरितं कुम्भयेत्पश्चाच्चतुःषष्टया तु मात्रया ।

द्वात्रिंशन्मात्रया सम्यग्रेचयेत्पिङ्गलानिलम् ॥६६

पहले आसन लगाकर, शरीर को सीधा रखकर, नासाग्र पर दृष्टि रखते, दाँतों को दाँतों से स्पर्श न करते हुये, जिह्वा को तालु में रखकर, स्वस्थ चित्त और निरागम भावसे, शिर को आँकुचित करके, योगमुद्रा में हाथों को बाँधकर विधिपूर्वक प्राणायाम करे । रेचक, पूरक, वायु का शोधन तथा रेचक करे ॥ ६१--६३ ॥ इन चार विधियों से वायु को चलाने को प्राणायाम कहते हैं । दाहिने हाथ से नासापुटों को दबाकर पिङ्गला ( दाँयी नासिका ) से वायु को बाहर निकाले । फिर सोलह मात्रा से वायु को भीतर खींचे और चौंसठ मात्रा में कुम्भक करे और बत्तीस मात्रा से उस वायु को पिङ्गला द्वारा बाहर निकाल दे ॥ ६६ ॥

एवं पुनः पुनः कार्यं व्युत्क्रमानुक्रमेण तु ।  
 संपूर्णकुम्भवद्देहं कुम्भयेन्मातरिश्रवा ॥६७  
 पूरणान्नडयः सर्वाः पूर्यन्ते मातरिश्रवा ।  
 एवं कृते सति ब्रह्मंश्चरन्ति दश वायवः ॥६८  
 हृदयाम्भोरुहं चापि व्याकोचं भवति स्फुटम् ।  
 तत्र पश्येत्परात्मानं वासुदेवमकल्मषम् ॥६९  
 प्रातर्मध्यन्दिने सायमर्धरात्रे च कुम्भकान् ।  
 शनैरशीतिपर्यन्तं चतुर्वारं समभ्यसेत् ॥१००

इस प्रकार बारम्बार क्रम और विपरीत क्रम से अभ्यास करे और देह के भीतर भरे वायु को कुम्भ के समान रोके ॥ ६७ ॥ इससे सब नाड़ियाँ वायु से भर जाती हैं और उनमें दसों वायु भली प्रकार चलने लगते हैं ॥ ६८ ॥ तब हृदयरूपी कमल विकसित होकर स्पष्ट हो जाता है और वहाँ भगवान् वासुदेव के दर्शन होने लगते हैं

॥ ६६ ॥ इस विधि से प्रातः मध्याह्न, सायं और आधीरात  
को चार बार कुम्भक करे और उसे क्रमशः अस्सी मात्रा तक पहुँचा दे  
॥ १०० ॥

एकाहमात्रं कुर्वाणः सर्वपापैः प्रमुच्यते ।  
संवत्सरत्रयादूर्ध्वं प्राणायामपरो नरः ॥१०१॥  
योगसिद्धो भवेद्योगी वायुजिद्विजितेन्द्रियः ।  
अल्पाशी स्वल्पनिद्रश्च तेजस्वी बलवान्भवेत् ॥१०२॥  
अपमृत्युमपक्रम्य दीर्घमायुरवाप्नुयात् ।  
प्रस्वेदजननं यस्य प्राणायामेषु सोऽधमः ॥१०३॥  
कम्पनं वपुषो यस्य प्राणायामेषु मध्यमः ।  
उत्थानं वपुषो यस्य स उत्तम उदाहृतः ॥१०४॥  
अधमे व्याधिपापानां नाशः स्यान्मध्यमे पुनः ।  
पापरोगमहाव्याधिनाशः स्यादुत्तमे पुनः ॥१०५॥  
अल्पमूत्रोऽल्पविष्ठश्च लघुदेहो मित्ताशनः ।  
पटुचिन्द्रियः पटुमतिः कालत्रयविदात्मवान् ॥१०६॥

इस विधि से एक दिन अभ्यास करने से ही सब पापों से  
छुटकारा हो जाता है और तीन वर्ष तक इस प्रकार प्राणायाम करने  
वाला योग सिद्ध हो जाता है । वह योगी वायु को जीतने वाला,  
जितेन्द्रिय, अल्प आहार, स्वल्प निद्रा वाला, तेजस्वी तथा बलवान्  
होता है । अकाल मृत्यु का भय मिटाकर दीर्घ आयु प्राप्त होती  
है । जिस प्राणायाम में पसीना आता है वह अधम है, जिसमें शरीर में  
कंपकंपी होती है वह मध्यम है और जिसमें शरीर ऊपर को उठता है  
वह उत्तम है ॥ १०१-१०४ ॥ अधम प्राणायाम से व्याधि और  
पापों का नाश होता है, मध्यम से महाव्याधियाँ, पाप तथा रोग  
मिट जाते हैं, उत्तम से अल्प-मूत्र, अल्प-मल शरीर की लघुता

अल्प भोजन होता है, इन्द्रियाँ और बुद्धि तीव्र हो जाती हैं और तीनों काल का ज्ञाता हो जाता है ॥ १०५—१०६ ॥

रेचकं पूरकं मुक्त्वा कुम्भोकरणमेव यः ।  
 करोति त्रिषु कालेषु नैव तस्यास्ति दुर्लभम् ॥१०७  
 नाभिकन्दे च नासाग्रं पादांगुष्ठे च यत्नवान् ।  
 धारयेन्मनसा प्राणान्सन्ध्याकालेषु वा सदा ॥१०८  
 सर्वरोगैर्विनिमुक्तो जीवेद्योगी गतक्लमः ।  
 कुक्षिरोगविनाशः स्यान्नाभिकन्देषु धारणात् ॥१०९  
 नासाग्रधारणाद्दीर्घमायुः स्याद्देहलाघवः ।  
 ब्राह्मे मुहूर्ते संप्राप्ते वायुमाकृष्य जिह्वया ॥११०  
 पिवत्तस्त्रिषु मासेषु वाक्सिद्धिर्महती भवेत् ।  
 अभ्यस्यतुश्च षण्मासान्महारागविनाशनम् ॥१११

जो रेचक और पूरक को छोड़कर केवल कुम्भक ही करने लगता है । उसके लिए तीनों काल में कुछ भी कठिन नहीं रहता ॥ १०७ ॥ प्रयत्नशील साधक नाभिकन्द, नासाग्र और पैर के अंगुष्ठे में सदैव सध्या समय मन द्वारा प्राण को धारण करे ॥ १०८ ॥ ऐसा साधक सब रोगों से छूटकर सुखपूर्वक जीवन व्यतीत करता है । नाभिकन्द में प्राण-धारण करने से कुक्षि रोग नष्ट होते हैं ॥ १०९ ॥ नासाग्र धारण करने से दीर्घायु और देह की लाघवता प्राप्त होती है । ब्राह्म मुहूर्त में जिह्वा से वायु को खींच कर पीने से तीन मास में वाक्य-सिद्धि प्राप्त होती है और छः मास में महारोग से छुटकारा मिल जाता है ॥ ११०—१११ ॥

यत्रयत्र घृतो वायुरङ्गे रोगादिदूषिते ।  
 धारणादेव मरुतस्तत्तदारोग्यमश्नुते ॥११२

मनसो धारणादेव पवनो धारितो भवेत् ।  
 मनसः स्थापने हेतुरुच्यते द्विजपुङ्गव ॥११३॥  
 कारणानि समाहृत्य विषयेभ्यः समाहितः ।  
 अपानमूर्ध्वमाकृष्येदुदरोपरि धारयेत् ॥११४॥  
 बध्नन्कराभ्यां श्रोत्रादिकरणानि यथातथम् ।  
 युञ्जानस्य यथोक्तेन वर्त्मना स्ववशं मनः ॥११५॥

शरीर का जो अङ्ग रोग पीड़ित हो तो उसमें वायु को धारण करने से वह दूर हो जाता है ॥ ११२ ॥ मन की धारणा हो जाने से वायु की धारणा भी होने लगती है । मन को स्थित करने के लिये प्राण को साधन बतलाया गया है ॥ ११३ ॥ इन्द्रियों को विषयों से हटाकर अपान वायु को ऊपर खींचकर ऊपर ही धारण करे, कानों को हाथों से बन्द किये रहे । इस साधन से मन वश में हो जाता है ॥ ११४--११५ ॥

मनोवशात्प्राणवायुः स्ववशे स्थाप्यते सदा ।  
 नासिकापुटयोः प्राणः पययिण प्रवर्धते ॥११६॥  
 तिस्रश्च नाडिकास्तासु म यावन्तश्चरत्ययम् ।  
 शङ्खिनीविवरे याम्ये प्राणः प्राणभृतां सताम् ॥११७॥  
 तावन्तं च पुनः कालं सीम्ये चरित संततम् ।  
 इत्थं क्रमेण चरता वायुना वायुजिन्नरः ॥११८॥  
 अहश्च रात्रि पक्षं च मासं मत्वायनादिकम् ।  
 अन्तर्मुखो विजानीयात् कालभेदं समाहितः ॥११९॥  
 अंगुष्ठादिस्वावयवास्फुरणदर्शनैरपि ।  
 अरिष्टैर्जीवितस्यापि जानीयात्क्षयमात्मनः ॥१२०॥

इस प्रकार मन पर अधिकार हो जाने से प्राणवायु नियमित

हो जाता है और नासिका से क्रमपूर्वक आता जाता रहता है ॥ ११६ ॥ तीन नाड़ियाँ हैं। प्राणायाम करने वाले योगियों का स्वांस दाँये और बाँये नासापुट के समान समय तक चलता रहता है। इस प्रकार जिसका प्राणवायु क्रम से चलता है, वह प्राणजित हो जाता है। फिर वह दिन, रात्रि, पक्ष, मास, अयन आवि के काल-भेद को अन्तर्मुख होकर जानने लगता है ॥ ११७-११९ ॥ अँगूठा आदि अपने अवयवों में स्फुरण ( नदियों का रक्त गति से फड़कना ) बन्द हो जाने पर शीघ्र ही अपने जीवन का अन्त होना समझ लेना चाहिये ॥ १२० ॥

ज्ञात्वा यतेत कैवल्यप्राप्तये योगवित्तमः ।  
 पादांगुष्ठे करांगुष्ठे स्फुरणं यस्य नश्यति ॥१२१॥  
 तस्य संवत्सराद्दूर्ध्वं जीवितव्यक्षयो भवेत् ।  
 मणिबन्धे तथा गुल्फे स्फुरणं यस्य नश्यति ॥१२२॥  
 षष्मासावधिरेतस्य जीवितस्य स्थितिर्भवेत् ।  
 कूर्परास्फुरणं यस्य तस्य त्रैमासिकी स्थितिः ॥१२३॥  
 कक्षे मेहुनपाश्र्वे च स्फुरणानुपलम्भने ।  
 मासावधिजीवितं स्यात् तदर्धं सत्त्वदर्शने ॥१२४॥  
 आश्रिते जठरे द्वारे दिनानि दश जीवितम् ।  
 ज्योतिः खद्योतवद्यस्थ तदर्धं तस्य जीवितम् ॥१२५॥

इस प्रकार अनिष्ट सूचक संकेतों को जानकर योगी को मोक्ष-साधन में ध्यान लगाना चाहिए। जिसके पैर तथा हाथ के अँगूठों में स्फुरण न जान पड़े। उसका जीवन एक वर्ष में समाप्त हो जाता है। मणिबन्ध ( कलाई ) और गुल्फ ( टखना ) का स्फुरण बन्द हो जाने पर छः महीने तक जीवित रहता है। जब कोहनी में स्फुरण न हो तो जीवन की अवधि तीन मास रह जाती है।

॥ १२१-१२२ ॥ अगर कुक्षि, उपस्थेन्द्रिय में स्फुरण न हो तो एक महीने में और नेत्रों में स्फुरण न हो तो पन्द्रह दिन में जीवन का अन्त हो जाता है ॥ १२४ ॥ जठर-द्वार पर स्फुरण न होने से जीवन की अवधि दस दिन रह जाती है और अगर ज्योति जुगनू के समान हो जाय तो पाँच ही दिन शेष रह जाते हैं ॥ १२५ ॥

जिह्वाग्रादर्शने त्रीणि दिनानि स्थितिरात्मनः ।

ज्वालाया दर्शने मृत्युर्द्विदिने भवति ध्रुवम् ॥१२६

एवमादीन्वरिष्टानि दृष्ट्वाऽऽयुःक्षरकारणम् ।

निःश्रेयसाय युञ्जीत जपध्यानपरायणः ॥१२७

मनसा परमात्मानं ध्यात्वा तद्रूपतामियात् ।

यद्यष्टादशमेदेषु मर्मस्थानेषु धारणम् ॥१२८

स्थानात्स्थानं समाकृष्य प्रत्याहारः स उच्यते ।

पादांगुष्ठं तथा गुल्फं जङ्घामध्यं तथैव च ॥१२९

मध्यमूर्ध्वोश्च मूलं च पयायुर्हृदयमेव च ।

मेहनं देहमध्यं च नाभिं च गलकूर्परम् ॥१३०

तालुमूलं च मूलं च घ्राणस्याक्षणोश्च मण्डलम् ।

श्रुवोर्मध्यं ललाटं मूलमूर्ध्वं च जानुनी ॥१३१

मूलं च करयोर्मूलं महास्त्येतानि वै द्विजः ।

पञ्चभूतमये देहे भूतेष्वेतेषु पञ्चसु ॥१३२

अगर जिह्वा दिखलाई पड़ना बन्द हो जाय तो तीन दिन का समय समझना चाहिये और ज्वाला का दिखाई देना बन्द हो जाय तो दो ही दिन समझना चाहिये ॥ १२६ ॥ ये सब अरिष्ट आयु के क्षय के कारण रूप हैं । इनको जानकर अपने कल्याणार्थ जप और ध्यान में संलग्न हो ॥ १२७ ॥ मन से परमात्मा का ध्यान करते हुये उसकी एकरूपता को प्राप्त होने का यत्न करे । शरीर के अठारह मर्म स्थानों में धारणा की जाती है ॥१२८॥ एक स्थान से दूसरे स्थान



को खींचना प्रत्याहार कहा जाता है। पैर का अँगूठा, एड़ी बाँध का मध्यभाग उरु का मध्य, गुदा का मूल, हृदय, उपस्थ, देह का मध्य, नाभि, कण्ठ, कोहनी, तालु-मूल, नासिका का मूल, आँखों का मण्डल भीहों का मध्य, ललाट, मस्तक का मूल, घुटने का मूल, हाथों का मूल स्थान—ये सब इस पञ्चभौतिक देह के मर्म स्थल हैं ॥ १२६-१३२ ॥

मनसो धारणं यत्तद्युक्तस्य च यमादिभिः ।

धारणा सा च संसारसागरोत्तारकारणम् ॥१३३॥

आजानुपादपर्यन्तं पृथिवीस्थानमिष्यते ।

पीतला चतुरस्त्रा च वसुधा वज्रलाञ्छिता ॥१३४॥

स्मर्तव्या पञ्चघटिका तत्रारोप्य प्रभञ्जनम् ।

आजानुकटिपर्यन्तमपां स्थानं प्रकीर्तितम् ॥१३५॥

अर्धचन्द्रसमाकारं श्वेतमर्जुनलाञ्छितम् ।

स्मर्तव्यमम्भः श्वसनमारोप्य दशनाडिका ॥१३६॥

आदेहमध्यकटघन्तमग्निस्थानमुदाहृतम् ।

तत्र सिन्दूरवर्णोऽग्निज्वलनं दश पञ्च च ॥१३७॥

स्मर्तव्या घटिका प्राणं कृत्वा कुम्भे तथेरितम् ।

नाभेरुपरि नासान्तं वायुस्थानं तु तत्र वै ॥१३८॥

वेदिकाकारवद्भुजो बलवान्भूतमास्तः ।

स्मर्तव्यः कुम्भकैर्नैव प्राणमारोप्य मास्तम् ॥१३९॥

घटिकाविंशतिस्तस्माद् घ्राणाद्ब्रह्मबिलावधि ।

व्योमस्थानं नमस्तत्र भिन्नाञ्जनसमप्रभम् ॥१४०॥

यमादि द्वारा मन का जो धारण करना है वही धारणा है जिससे मनुष्य संसार-सागर को पार करने में समर्थ होता है ॥१३३॥ घुटनों से पैर तक पृथ्वी-स्थान कहा जाता है, पीतवर्ण की

चारकोण वाली पृथ्वी वज्र-लंछिता है ॥ १३४ ॥ पांच घड़ी तक वायु को धारण करके पृथ्वी का ध्यान करना चाहिये । घुटनों से कमर तक जल का स्थान कहा है ॥ १३५ ॥ इस जल स्थान का आकार आधे चन्द्रमा के समान है, वर्ण श्वेत है तथा चाँदी से लंछित है । इसमें दस बड़ी तक श्वास रोककर जल का ध्यान करे ॥ १३६ ॥ कटि से देह के मध्य अग्नि स्थान है । वह सिन्दूर के रङ्ग का है । उसमें पन्द्रह घड़ी प्राण को रोककर अग्नि का ध्यान करना चाहिये । नाभि से नासिका तक वायु का स्थान है, जिसका आकार वेदी के तुल्य है, धूम्रवत्, शक्तिशाली पवन का ध्यान बीस घड़ी तक कुम्भक द्वारा वायु को रोक कर करना चाहिये । नासिका से ब्रह्मरन्ध्र तक आकाश स्थान है जिसकी नीले रंग को प्रमा है ॥ १३६-१४० ॥

व्योम्नि मारुतमारोप्य कुम्भकेनैव यत्नवान् ।  
 पृथिव्यंशे तु देहस्य चतुर्बाह्वं किरीटिनम् ॥१४१॥  
 अनिरुद्धं हरिं योगी यतेत भवमुक्तये ।  
 अवंशे पूरयेद्योगी नारायणमुदग्रधीः ॥१४२॥  
 प्रद्युम्नमग्नौ वाय्वंशे संकर्षणमतः परम् ।  
 ल्योमांशे परमात्मानं वासुदेवं सदा स्मरेत् ॥१४३॥  
 अचिरादेव तत्प्राप्तिर्युञ्जानस्य न संशयः ।  
 बद्ध्वा योगासनं पूर्वं हृद्देशे हृदयाञ्जलिः ॥१४४॥  
 नासाग्रन्यस्तनयनो जिह्वां कृत्वा च तालुनि ।  
 दन्तैर्दन्तानसंपृश्य ऊर्ध्वकायः समाहितः ॥१४५॥  
 संयमेच्चेन्द्रियग्राममात्मबुद्धया विशुद्धया ।  
 चिन्तनं वासुदेवस्य परस्य परमात्मनः ॥१४६॥

प्रयत्नशील साधक कुम्भक द्वारा वायु को आकाश में रोके । फिर पृथ्वी अंश वाले भाग में चतुर्भुज किरीटधारी अनिरुद्ध हरि का

ध्यान करे, जिससे योगी मुक्ति को प्राप्त करने में समर्थ होता है । जल वाले अंश में नारायण का ध्यान करे, अग्नि के अंश में प्रद्युम्न का, वायु-अंश में संकर्षण का और आकाश वाले अंश में परमात्मा वासुदेव का ध्यान करे ॥ १४१-१४३ ॥ जो सदैव इस अभ्यास को करता रहता है उसको परमात्मा का साक्षात्कार शीघ्र ही हो जाता है । पहले योगसन पर बैठकर हृदय-प्रदेश में हृदय को स्थिति करते हुये नासाग्र पर दृष्टि को स्थिर करे, जिह्वा को तालु में लगावे, ऊपर और नीचे के दांतों का स्पर्श न होने दे, शरीर को ऊँचा करके समाहित होकर बँटे और शुद्ध आत्मबुद्धि से इन्द्रियों का संयम करता हुआ भगवान् वासुदेव का चिन्तन करे ॥ १४४-१४६ ॥

स्वरूपव्याप्तरूपस्य ध्यानं कैवल्यसिद्धिदम् ।  
याममात्रं वासुदेवं चिन्त्येत्कुम्भकेन यः ॥१४७॥  
सप्तजन्मार्जितं पापं तस्य नश्यति योगिनः ।  
नाभिकन्दात्समारभ्य यावद्धृदयगोचरम् ॥१४८॥  
जाग्रद्भूतिं विजानीयात्कण्ठस्थं स्वप्नवर्तनम् ।  
सुषुप्तं तालुमध्यस्थं तुर्यं भ्रूमध्यसंस्थितम् ॥१४९॥  
तुर्यातीतं परं ब्रह्म ब्रह्मरन्ध्रे तु लक्षयेत् ।  
जाग्रद्भूतिं समारभ्य यावद्ब्रह्मबिलान्तरम् ॥१५०॥  
तत्रात्माऽयं तुरीयः स्यात् तुर्यान्ते विष्णुरुच्यचे ।  
ध्यानेनैव समायुक्तो व्योम्नि चात्यन्तनिर्मले ॥१५१॥  
सूर्यकोटिद्युतिधरं नित्योदितमघोक्षजम् ।  
हृदयाम्बुरुहासीनं ध्यायेद्वा विश्वरूपिणम् ॥१५२॥

इस प्रकार अपने भीतर व्याप्त परमात्मा के स्वरूप का ध्यान करने से कैवल्य की प्राप्ति होती है । इस प्रकार एक प्रहर तक

कुम्भक करते हुए जो भगवान् वासुदेव का ध्यान करता है, उसके सात जन्म के पाप विनष्ट हो जाते हैं। नाभिकन्द से लेकर हृदय-प्रदेश तक जाग्रत वृत्ति का स्थान है, स्वप्न वृत्ति कण्ठ में रहती है, सुषुप्ति तालु के मध्य में और तुरीय भ्रुकुटियों के मध्य में स्थित है ॥ १४७-१४९ ॥ पुर्यातीत का स्थान ब्रह्मरन्ध्र में परब्रह्म की ओर होता है। जाग्रत वृत्ति से लगाकर ब्रह्मरन्ध्र तक तुरीय का आत्मा रहता है। उसके पश्चात् वह विष्णु कहलाता है। तब साधक अत्यन्त निर्मल आकाश में हृदय-कमल पर आसीन करोड़ों सूर्य के समान प्रभा वाले नित्य उदयरूपी विश्वरूप विष्णु का ध्यान करे ॥ १५०-१५२ ॥

अनेकाकारखचितमनेकवदनान्वितम् ।

अनेकभुजसंयुक्तमनेकायुधमण्डितम् ॥१५३

नानावर्णधरं देवं शान्तमुग्रमुदायुधम् ।

अनेकनयनाकीर्णं सूर्यकोटिसमप्रभम् ॥१५४

ध्यायतो योगिनः सर्वमनोवृत्तिर्विनश्यति ।

हृत्पुण्डरीयकमध्यस्थं चैतन्यज्योतिरव्ययम् ॥१५५

कदम्बगोलकाकारं तुर्यातीतं परात्परम् ।

अनन्तमानन्दमयं चिन्मयं भास्करं विभुम् ॥१५६

निवातदीपसदृशमकृत्रिममणिप्रभम् ।

ध्यायतो योगिनस्तस्य मुक्तिः करतले स्थिता ॥१५७

उन नाना आकार वाले, अनेक मुखों वाले, अनेक भुजाओं वाले, अनेक आयुधों वाले, अनेक वर्ण वाले, देवरूप, शान्त, उग्र, आयुधों को उठाये हुये, अनेक नेत्रयुक्त, करोड़ों सूर्यों की प्रभा वाले विश्वरूप विष्णु का ध्यान करने से योगी की सब मनोवृत्तियाँ नष्ट हो जाती हैं। हृदय-कमल के मध्य स्थान में स्थित चैतन्य, ज्योतिरूप, अव्यय, कदम्ब के समान गोलाकार, तुर्यातीत, परात्पर, अनन्त,

आनन्दमय, चिन्मय, प्रकाशमान, निर्वात स्थान में स्थित दीपक के समान अकृत्रिम मणि की प्रभा वाले परब्रह्म का ध्यान करने से मुक्ति योगी के करतलगत रहती है ॥१५३-१५७॥

विश्वरूपस्य देवस्य रूपं यत्किञ्चिदेव हि ।  
 स्थवीयः सूक्ष्ममन्यद्वा पश्यन् हृदयपंकजे ॥१५८  
 ध्यायतो योयिनो यस्तु साक्षादेव प्रकाशते ।  
 अणिमादिफलं चैव सुखेनैवोपजायते ॥१५९  
 जीवात्मनः परस्यापि यद्यैवमुभयोरपि ।  
 अहमेव परं ब्रह्म ब्रह्माहमिति संस्थितिः ॥१६०  
 समाधिः स तु विज्ञेयः सर्ववृत्तिविवर्जितः ।  
 ब्रह्म संपद्यते योगी न भूयः संसृतिं व्रजेत ॥१६१  
 एवं दिशोऽप्य तत्त्वानि योगो निःस्पृहचेतसा ।  
 यथा निरिन्धनो वह्निः स्वयमेव प्रशाम्यति ॥१६२  
 ग्राह्याभावे मनःप्राणो निश्चयज्ञानसंयुतः ।  
 शुद्धसत्त्वे परे लीनो जीवः सैन्धवपिण्डवत् ॥१६३  
 मोहजालकसंघातं विश्वं पश्यति स्वप्नवत् ।  
 सुषुप्तिवद्यश्चरति स्वभावपरिनिश्चलः ॥१६४  
 निर्वाणपदमाश्रित्य योगी कैवल्यमश्नुते ।  
 इत्युपनिषत् ॥

विश्व-रूप देव का जो कुछ स्थूल, सूक्ष्म अथवा अन्य प्रकार का रूप है, उसका अपने हृदय-कमल में जो योगी ध्यान करता है वह साक्षात् उन्हीं के रूप का हो जाता है और अणिमादि सिद्धियों के फल को अनायास ही पा लेता है ॥ १५८-१५९ ॥ जीवात्मा और परमात्मा दोनों का ज्ञान प्राप्त कर लेने पर 'मैं ही ब्रह्म हूँ' इस

स्थिति को पा लेना ही समाधि कहा जाता है । उसमें समस्त वृत्तियों का अन्त हो जाता है । जो योगी इस प्रकार ब्रह्म को प्राप्त कर लेता है वह पुनः संसार में नहीं आता ॥ १६०-१६१ ॥ इस प्रकार योगी तत्त्व का शोध करता हुआ निस्पृह चित्त से ईर्ष्य रहित अग्नि के समान स्वयं ही शान्त हो जाता है ॥ १६२ ॥ फिर उसके लिये कुछ ग्रहण करने योग्य नहीं रहता, उसका मन और प्राण सच्चे आत्म-ज्ञान से युक्त हो जाते हैं और उसका जीव शुद्ध परमात्म तत्त्व में जल में नमक के समान लय हो जाता है ॥ १६३ ॥ उसे यह मोह जाल में फँसा हुआ संसार स्वप्न की तरह दिखाई देने लगता है और वह पूर्ण निश्चल हो स्वभाव से ही सुषुप्ति की-सी अवस्था में रहने लगता है ॥ १६४ ॥ ऐसा योगी निर्वाण पद को प्राप्त कर कैवल्य स्थिति में रहता है । यह उपनिषत् है ।

॥ त्रिशिखिब्राह्मण उपनिषद् समाप्त ॥

## अद्वयतारकोपनिषत्

ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्पूर्णं मुदच्यते । पूर्णस्य पूर्णमादाय  
पूर्णमेवावशिष्यते । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

शान्ति पाठ—यह पूर्ण है, वह पूर्ण है, पूर्ण से पूर्ण बनता है ।  
पूर्ण में से पूर्ण ले लेने पर पूर्ण ही जेष रहता है । ॐ शान्तिः शान्तिः  
शान्तिः ।

अथातोऽद्वयतारकोपनिषदं व्याख्यास्यामो अतये जितेन्द्रियाय  
शमादिषड्गुणपूर्णाय ॥१॥

चित्स्वरूपोऽहमिति सदा भावयन् सम्यङ्निमीलिताक्षः  
किञ्चिदुन्मीलिताक्षो वाऽन्तर्दृष्ट्या भ्रूदहरादुपरि सच्चिदानन्दतेजः  
कूटरूपं परं ब्रह्मावलोकयन् तद्रूपो भवति ॥२॥

गर्भजन्मजरामरणसंसारमहद्भयान् संतारमति तस्मा-  
त्तारकमिति । जीवेश्वरां मायिकाविति विज्ञाय सर्वविशेषं नेति  
नेतीति विहाय यदवशिष्यते तदद्वयं ब्रह्म ॥३॥

तत्सिद्धयै लक्ष्यत्रयानुसंधानं कर्तव्यम् ॥४॥

देहमध्ये ब्रह्मनाडी सुषुम्ना सूर्यरूपिणी पूर्णचन्द्राभा  
वर्तते । सा तु मूलाधारादारभ्य ब्रह्मरन्ध्रगामिनी भवति ।  
तन्मध्ये तटिकोटिसमानकान्त्या मृणालसूत्रवत् सूक्ष्माङ्गी  
कुण्डलिनीति प्रसिद्धाऽस्ति । तां दृष्ट्वा मनसैव नरः सर्वपापविना-  
शद्वारा मुक्तो भवति । फालोर्ध्वगललाटविशेषमण्डले निरन्तरं  
तेजस्तारकयोगविस्फुरणेन पश्यति चेत् सिद्धो भवति । तर्जन्य-  
ग्रोन्मीलितकर्णरन्ध्रद्वये तत्र फूत्कारशब्दो जायते । तत्र स्थिते

मनसि चक्षुर्मध्यगतनीलज्योतिस्थलं विलोक्य अन्तर्दृष्ट्या निर-  
तिशयसुखं प्राप्नोति । एवं हृदये पश्यति । एवमन्तर्लक्ष्यलक्षणं  
मुमुक्षुभिरुपास्यम् ॥५॥

ॐ । अब अद्वयतारक उपनिषद् का कथन करते हैं जो संन्यासी,  
जितेन्द्रिय तथा शम-दम आदि षट् गुणों से युक्त साधकों के लिये है  
॥ १ ॥ आँखें बन्द अथवा अघखुली रख कर अन्तर दृष्टि से  
भ्रुकुटियों के ऊपर के स्थान में "मैं चित् स्वरूप हूँ" इस प्रकार का  
भाव निरन्तर रखते हुये सच्चिदानन्द, तेज समूह रूप परब्रह्म की  
झाँकी करने से परब्रह्म रूप हो जाता है ॥ २ ॥ जो धर्म, जन्म,  
जरा, मरण, संसार आदि महान पापों से तारता है, उसे तारकब्रह्म  
कहा जाता है । जीव और ईश्वर को मायिक जानते हुए अन्य सबको  
'नीति-नेति' कहते हुए जो कुछ शेष बचता है, वही अद्वय ब्रह्म है  
॥ ३ ॥ उसकी सिद्धि के लिये तीन लक्ष्यों का अनुसंधान करना उचित  
है ॥ ४ ॥ देह के मध्य में सुषुम्ना नाम की ब्रह्मनाड़ी पूर्ण चन्द्रमा के  
समान प्रकाश वाली उपस्थित है, वह मूलाधार से आरम्भ होकर  
ब्रह्मरन्ध्र तक जाती है । इस नाड़ी के मध्य में करोड़ों बिजलियों के  
समान तेजवाली, मृणाल के सूत्र की तरह सूक्ष्म कुण्डलिनी शक्ति  
प्रसिद्ध है । इसका मन के द्वारा दर्शन करने से मनुष्य सब पापों से  
छूट कर मुक्त हो जाता है । ललाट के ऊपर विशेष मण्डल में  
स्फुरित होने वाले तेज को तारक ब्रह्म के योग से सदैव देखता रहता  
है, वह सिद्ध हो जाता है । दोनों कानों के छेदों की तर्जनी अँगुलियों के  
अग्रभाग से बन्द कर लेने पर फुत्कार का शब्द सुनाई देता है । उसमें  
मन को स्थित करके चक्षुओं के मध्य नीली ज्योति के स्थल को  
अन्तःदृष्टि से देखने पर अत्यन्त सुख की प्राप्ति होती है । इसी प्रकार  
का दर्शन हृदय में भी किया जाता है । इस प्रकार के अन्तर्लक्षणों का  
मोक्षाभिलाषी पुरुष को अभ्यास करना चाहिये ॥५॥



अथ वहिर्लक्ष्यलक्षणम् । नासिकाग्रे चतुर्भिः षड्भिरष्टभिः दशभिः द्वादशभिः क्रमात् अंगुलान्ते नीलद्युतिश्यामत्वसहस्रवर्ण-  
ङ्गीस्फुरत्पीतवर्णद्वयोपेतं व्योम यदि पश्यति स तु योगी भवति ।  
चलदृष्ट्या व्योमभागवीक्षितुः पुरुषस्य दृष्ट्यग्रे ज्योतिर्मयूखा  
वर्तन्ते । तद्दर्शनेन योगी भवति । तप्तकाञ्चनसंकाशज्योतिर्मयूखा  
अपाङ्गान्ते भूमौ वा पश्यति तद्दृष्टिः स्थिरा भवति । शीर्षोपरि  
द्वादशांगुलसमीक्षितुः अमृतत्वं भवति । यत्र कुत्र स्थितस्य  
शिरसि व्योमज्योतिर्दृष्टं चेत् स तु योगी भवति ॥६॥

अथ मध्यलक्ष्यलक्षणं प्रातश्चित्रादिवर्णाखण्डसूर्यचक्रवत्  
बह्निज्वावालावलीवत् । तद्विहीनान्तरिक्षवत् पश्यति । तदाकारा-  
कारितया अवतिष्ठति । तद्भूयोदर्शनेन गुणरहिताकाशं भवति ।  
विस्फुरत्तारकाकारदीप्यमानगाढतमोपमं परमाकाशं भवति ।  
कालानलसमद्योतमानं महाकाशं भवति । सर्वोत्कृष्टपरमद्युति-  
प्रद्योतमानं तत्त्वाकाशं भवति । कोटि सूर्यप्रकाशवैभवसंकाश  
सूर्याकाशं भवति । एवं बाह्याभ्यान्तरस्थव्योमपञ्चकं तारक-  
लक्ष्यम् । तद्दर्शी विमुक्तफलस्तोहव्योमसमानो भवति । तस्मात्  
तारक एव लक्ष्यं अमनस्कफलप्रदं भवति ॥७॥

तत्तारकं द्विविधं पूर्वाध्वं तारकं उत्तरार्धं अमनस्कं चेति ।  
तदेव श्लोको भवति—

तद्योगं च द्विधा विद्धि पूर्वोत्तरविधानतः ।

पूर्वं तु तारकं विद्यात् अमनस्कं तदुत्तरमिति ॥८॥

अथ बाह्य लक्ष्य के लक्षणों पर विचार करते—नासिकाग्र  
से क्रमशः चार, छः, आठ, दस या बारह अंगुल की दूरी पर नील  
और श्याम रङ्ग का क्षारक्त नृङ्ग के वर्ण का प्रकाश, जो पीत शुक्ल  
वर्ण से भी युक्त होता है, उसे जो आकाश में देखता है, वह योगी

होता है । चलती हुई दृष्टि से आकाश में देखने से ज्योति किरणें दिखलाई देती हैं, उनको देखने वाला योगी होता है । जब नेत्रों के कोने में तृप्त सुवर्ण के समान ज्योति मयूख का दर्शन होता है तो दृष्टि स्थिर हो जाती है । मस्तक के ऊपर बाहर अँगुल की दूरी पर ज्योति को देखने वाला अनृतत्य को प्राप्त होता है । चाहे जिस स्थान पर स्थित शिर के ऊपर जो व्योम ज्योति को देखता है, वह योगी होता है ॥ ६ ॥ इससे आगे मध्य लक्ष के लक्षण कहते हैं—प्रातः समय चित्रादि षणं युपत अखण्डमूर्यं चक्रवत्, अग्नि की ज्वाला के सदृश्य और उनसे रहित अन्तरिक्ष के तुल्य देखता है, उनके आकार का होकर स्थिर रहता है, उसके दर्शन से फिर निर्गुण 'आकाश' हो जाता है । चमकने वाले तारे से प्रकाशित और प्रातःकाल के अँधेरे के समान 'परमाकाश' होता है । 'महाकाश' कालानल के समान प्रकाशयुक्त होता है । 'तत्त्वाकाश' सबसे उत्कृष्ट प्रकाश और प्रखर ज्योति वाला होता है । 'मूर्याकाश' करोड़ों सूर्यों के प्रकाश के समान होता है । इस प्रकार बाहर और भीतर स्थित ये पाँच आकाश तारक का लक्ष्य है । इस विधि से आकाश को देखने वाला उसी के समान बन्धनमुक्त हो जाता है । तारक का लक्ष्य ही अमनस्क फल प्रदान करने वाला होता है ॥ ७ ॥ इस प्रकार यह तारक-योग दो प्रकार का होता है—पूर्वाद्ध और उत्तरार्ध । इस विषय में यह श्लोक कहा है—“यह योग दो प्रकार का है—पूर्व और उत्तर । पूर्व को तारक कहा जाता है और उत्तर को अमनस्क ।” ॥८॥

अक्ष्यन्तस्तरयोः चन्द्रसूर्यं प्रतिफलनं भवति । तारकाभ्यां सूर्यचन्द्र मण्डलदर्शनं ब्रह्माण्डमिव पिण्डाण्डशिरोमध्यस्थाकाशे रवीन्दुमण्डलद्वितयमस्तीति निश्चित्य तारकाभ्यां तद्दर्शनम् । अत्राप्युभयैक्यदृष्ट्या मनोयुक्तं ध्यायेन् तद्योगाभावे इन्द्रियप्रवृत्ते-रनवकाशात् । तस्मात् अन्तर्दृष्ट्या तारक एवानुसंधेयः ॥९॥

यत्तारकं द्विविधं: मूर्तितारकं अमूर्तितारकं चेति । यत्  
इन्द्रियान्तं तत् मूर्तिमत् । यत् भ्रूयुगातीतं तत् अमूर्तिमत् ।  
सर्वत्र अन्तःपदार्थविवेचने मनोयुक्ताभ्यास इष्यते । तारकाभ्यां  
तदूर्ध्वस्थसत्त्वदर्शनात् मनोयुक्तेन अन्तरीक्षणेन सच्चिदानन्द-  
स्वरूपं ब्रह्मैव । तस्मात् शुक्लतेजोमयं ब्रह्मेति सिद्धम् । तद्ब्रह्म  
मनःसकारिचक्षुषा अन्तर्दृष्टया वेद्यं भवति । एवं अमूर्तितारक-  
मपि । मनोयुक्तेन चक्षुषैव दहरादिकं वेद्यं भवति, रूपग्रहण  
प्रयोजनस्य मनश्चक्षुरधीनत्वात् बाह्यवदान्तरेऽपि आत्मरश्चक्षुः  
संयोगेनैव रूपग्रहणकार्योदयात् । तस्मात् मनोयुक्ता अन्तर्दृष्टिः  
तारकप्रकाशाय भवति ॥१०॥

हम आँख के तारक (पुतलियों) से सूर्य और चन्द्र को देखते  
हैं । जिस प्रकार हम नेत्र के तारकों से बाह्य ब्रह्माण्ड के सूर्य और  
चन्द्र को दर्शन करते हैं, उसी प्रकार अपने सिर रूप ब्रह्माण्ड के मध्य में  
स्थित सूर्य और चन्द्र का निश्चय करके उनका दर्शन करना चाहिए  
और दोनों को एक ही समझकर मन से उनका ध्यान करना चाहिए  
क्योंकि मन को इस भाव में युक्त न किया जायगा तो इन्द्रियाँ  
विषयों में प्रवृत्त होने लगेंगी । इसलिये साधक को अन्तर दृष्टि से  
तारक का ही अनुसंधान करना चाहिए ॥ ६ ॥ तारक दो प्रकार  
का होता है—मूर्त और अमूर्त । जो इन्द्रियों के अन्त में है, वह  
मूर्ति तारक है और जो दोनों भ्रुकुटियों से बाहर है, वह अमूर्ति है ।  
अन्तः पदार्थों के विवेचन में सर्वत्र मन द्वारा अभ्यास करना  
चाहिए । सत्त्व-दर्शन युक्त मन से अन्तर में निरीक्षण करने से दोनों  
तारकों के ऊर्ध्व भाग में सच्चिदानन्द स्वरूप ब्रह्म का दर्शन होता है ।  
इससे विदित होता है कि ब्रह्म शुक्ल तेजोमय है । उस ब्रह्म को  
मन सहित चक्षुओं की अन्तःदृष्टि से देखकर जानना । अमूर्ति तारक भी  
इसी विधि से मन संयुक्त नेत्रों से विदित होता है । रूप

दर्शन के विषय में मन चक्षुओं के अधीन रहता है और बाहर के समान भीतर भी रूप ग्रहण का कार्य इन दोनों के द्वारा ही होता है । इसलिए मन सहित चक्षुओं से ही तारक का प्रकाश जाना जाता है ॥ १० ॥

अयुगमध्यबिले दृष्टि तद्द्वारा ऊर्ध्वस्थिततेज आविर्भूत तारकयोगो भवति । तेन सह मनोयुक्तं तारकं सुसंयोज्य प्रयत्नेन अयुग्मं सावधानतया किञ्चिदूर्ध्वमुत्क्षेपयेत् । इति पूर्वतारकयोगः । उत्तरं तु अमूर्तिमत् अमनस्कमित्युच्यते । तालुमूलोर्ध्वभागे महान् ज्योतिर्मयूखो वर्तते । तत् योगिभिर्ध्येयम् । तस्मात् अणिमादिसिद्धिर्भवति ॥ ११ ॥

अन्तर्वाह्यलक्ष्ये दृष्टौ निमेषोन्मेषवर्जितायां सत्यां शांभवी मुद्रा भवति । तन्मुद्रारूढज्ञानिनिवासात् भूमिः पवित्रा भवति । तद्दृष्ट्या सर्वे लोकाः पवित्रा भवन्ति । तादृशपरमयोगिपूजा यस्य लभ्यते सोऽपि मुक्तो भवति ॥ १२ ॥

अन्तर्लक्ष्यज्वलज्ज्योतिःस्वरूपं भवति । परमगुरूपदेशेन सहस्रारज्वलज्ज्योतिर्वा बुद्धिगुहानिहितचिज्ज्योतिर्वा षोडशान्तस्थतुरीयचैतन्यं वा अन्तर्लक्ष्यं भवति । तद्दर्शनं सदाचार्यमूलम् ॥ १३ ॥

तारक योग का लक्ष्य दोनों अकुटियों के मध्य स्थान के ऊर्ध्व भाग में स्थित तेज का दर्शन करना है । उसके सहित मन से तारक की सुयोजना करके प्रयत्नपूर्वक दोनों भीहों को किञ्चित उच्च रखे । यह तारक-योग का पूर्व भाग है । दूसरे उत्तर भाग—अमूर्तिमान को अमनस्क कहते हैं । तालुमूल के ऊर्ध्वभाग में महाज्योति किरणमण्डल होता है । वही योगियों का लक्ष्य है । उसी से अणिमादिक सिद्धियाँ प्राप्त होती हैं ॥ ११ ॥ जब साधक की अन्तर और बाह्य लक्ष्य को

देखने वाली दृष्टि स्थिर हो जाती है, तब शांभवी मुद्रा होती है। इस मुद्रा से युक्त ज्ञानी के निवास करने की भूमि पवित्र मानी जाती है और सब लोग उसके दर्शन से पवित्र हो जाते हैं। जो कोई ऐसे परमयोगी की पूजा करता है, वह मुक्ति का अविकारी हो जाता है ॥ १२ ॥ अन्तःलक्ष्य तरल ज्योति के रूप में हो जाता है। परम गुरु का उपदेश प्राप्त होने से सहस्रदल-कमल में तरल जल-ज्योति अथवा बुद्धि गुहा में रहने वाली ज्योति अथवा सोलह कला के अन्त में स्थित तुरीय चैतन्य अन्तर्लक्ष्य होता है। यह सदाचार मूलक दर्शन है ॥ १३ ॥

आचार्यो वेदसंपन्नो विष्णुभक्तो विमत्सरः ।

योगज्ञो योगनिष्ठश्च सदा योगात्मकः शुचिः ॥१४

गुरुभक्तिसमायुक्तः पुरुषज्ञो विशेषतः ।

एवंलक्षणसंपन्नो गुरुरित्यभिधीयते ॥१५

गुणवदस्त्वन्धकारः स्यात् रश्मिस्तन्निरोधकः ।

अन्धकारनिरोधित्वात् गुरुरित्यभिधीयते ॥१६

गुरुरेव परं ब्रह्म गुरुरेव परा गतिः ।

गुरुरेव परा विद्या गुरुरेव परायणम् ॥१७

गुरुरेव परा काष्ठा गुरुरेव परं धनम् ।

यस्मात्तदुपदेष्टाऽसी तस्माद्गुरुस्तरो गुरुरिति ॥१८

यः सकृदुच्चारयति तस्य संसारमोचनं भवति । सर्वजन्म-कृतं पापं तत्क्षणादेव नश्यति । सर्वान् कामानवाप्नोति । सर्व-पुरुषार्थसिद्धिर्भवति । य एवं वेदेत्युपनिषत् ॥ १९ ॥

वह सम्पन्न आचार्य, विष्णु भक्त, मत्सरता रहित, योगज्ञाता, योगनिष्ठा वाला, योगात्मा, पवित्रतायुक्त, गुरुभक्त, परमात्मा में विशेष रूप से लीन, इन लक्षणों से युक्त गुरु कहा जाता है। 'गु' शब्द का

अर्थ है अन्धकार और 'रु' का अर्थ है इसको रोकने वाला । अन्धकार को दूर करने से गुरु होता है । गुरु ही परमब्रह्म है, गुरु ही परम-गति है, गुरु ही पराविद्या है, गुरु ही परायण योग्य है, गुरु ही पराकाष्ठा है, गुरु ही परम धन है ॥ १४-१८ ॥ वह गुरु उपदेश करने वाला होने के कारण श्रेष्ठ से भी श्रेष्ठ है । इसका उच्चारण करने से संसार से छुटकारा हो जाता है, सब जन्मों के पाप तुरन्त नष्ट हो जाते हैं, सब कामनायें पूरी हो जाती हैं, सब पुरुषार्थ सिद्ध हो जाते हैं । जो इस प्रकार जानता है, वही उपनिषद् का ज्ञाता है ॥ १९ ॥

॥ अद्वयतारक उपनिषद् समाप्त ॥

## पाशुपतब्रह्मोपनिषत्

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवा भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ।  
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टु वांसस्तनूभिर्ध्यायेम देवहितं यदायुः । स्वस्ति न  
इन्द्रो वृद्धश्रवाः स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः । स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो  
अरिष्टनेमिः स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु । ॐ शान्तिः शान्तिः  
शान्तिः ॥

हे पूज्य देवो ! हम कानों से कल्याण सुनें, आँखों से कल्याण  
को देखें । सुदृढ़ अङ्गों तथा देह के द्वारा तुम्हारी स्तुति करते रहें  
और देवताओं ने हमारे लिए जो आयुष्य नियत कर दिया है, उसे भोगें ।  
महान कीर्ति वाला इन्द्र हमारा कल्याण करे, सब को जानने वाले  
पूषा देव हमारा कल्याण करें, जिसकी गति रोकनी न जा सके ऐसे  
गरुड़देव हमारा कल्याण करें और बृहस्पति हमारा कल्याण करें !  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

### पूर्वकाण्डः

अथ ह वै स्वयंभूर्ब्रह्मा प्रजाः सृजानीति कामकामो जायते  
कामेश्वरो वैश्रवणः ॥ १ ॥ वैश्रवणो ब्रह्मपुत्रो वालखिल्यः  
स्वयंभुवं परिपृच्छति—जगतां का विद्या का देवता जाग्रत्तुरीय  
योरस्य को देवो यानि कस्य वशानि कालाः कियत्प्रमाणाः  
कस्याज्ञया रविचन्द्रग्रहादयो भासन्ते कस्य महिमा गगनस्वरूप  
एतद्द्वं श्रोतुमिच्छामि नान्यो जानाति त्वं ब्रूहि ब्रह्मन् ॥ २ ॥

स्वयंभूस्वाच—कृत्स्नजगतां मातृका विद्या ॥ ३ ॥ द्वित्रि-  
वर्णसहिता द्विवर्णमाता त्रिवर्णसहिता चतुर्वर्णात्मकोङ्कारो

मम प्राणात्मिका देवता ॥ ४ ॥ अहमेव जगत्त्रयस्यैकः पतिः  
॥ ५ ॥ यम वशानि सर्वाणि युगान्यपि च ॥ ६ ॥ अहोरात्रादि-  
मतिसंवर्धिताः कालाः ॥ ७ ॥ मम रूपा रवेस्तेजश्चन्द्रनक्षत्र  
ग्रहतेजांसि ॥ ८ ॥ गगनो मम त्रिशक्तिमायास्वरूपः नान्यो  
मदस्ति ॥ ९ ॥ तमोमायात्मको रुद्रः सात्त्विकमायात्मको विष्णु  
राजसमायात्मको ब्रह्मा । इन्द्रादयस्तामसराजसात्मिका न  
सात्त्विकः कोऽपि अघोरः साधारणस्वरूपः ॥ १० ॥

हरि ॐ । एक समय स्वयं ब्रह्मा के मन में इच्छा हुई कि  
“मैं प्रजा उत्पन्न करूँ” तो कामनाओं के पूर्ण करने वाले रुद्र और  
क्रुवेर की उत्पत्ति हुई ॥ १ ॥ तब क्रुवेर और बालखिल्य ऋषि ने  
स्वयंभू से पूछा—जगत में विद्या क्या है ? जागृत और तुरीय अवस्था  
के देवता कौन हैं ? जगत किसके वश में है, काल का क्या प्रमाण  
है ? सूर्य चन्द्रादि किस की आज्ञा से प्रकाशित होते हैं ? आकाश के  
समान विशाल किस की महिमा है ? हम इन बातों को जानना चाहते  
हैं, आपके सिवाय कोई इनका जानने वाला नहीं है, अतएव इन बातों  
को बतलाइये ॥ २ ॥ स्वयंभू ने कहा—जगत की मातृका वर्णमाला  
रूप माता विद्या है ॥ ३ ॥ वह दो वर्ण ( हंस ) और तीन वर्ण  
( प्रणव ) वाली है । दो वर्ण वाली भी तीन वर्ण की ( प्रणव ) ही  
है । चार मात्रा वाला ॐकार मेरा प्राण रूप देव है ॥ ४ ॥ तीनों  
लोकों का मैं ही एक मात्र पति हूँ ॥ ५ ॥ समस्त युग मेरे वश में  
रहते हैं ॥ ६ ॥ मुखसे ही दिन-रात्रि आदि काल उत्पन्न हुये हैं  
॥ ७ ॥ सूर्य का तेज और चन्द्रमा, तारागण, ग्रह आदि में जो  
ज्योति है, वह मेरी ही है ॥ ८ ॥ यह आकाश मेरी तीन शक्तिशाली  
माया रूप है और मेरे सिवाय कहीं कुछ नहीं है ॥ ९ ॥ रुद्र-तमोगुण



माया रूप है, विष्णु सतो गुणी माया रूप है और ब्रह्मा रजोगुणी माया रूप है। इन्द्रादि देव रजोगुण और तमोगुण दोनों से युक्त हैं, इनमें से कोई सात्विक नहीं है। केवल अघोर ( शिव ) ही सर्व सामान्यरूप के हैं ॥१०॥

समस्तयागानां रुद्रः पशुकर्ता रुद्रो यागदेवो विष्णु-  
रध्वर्युर्हेतिन्द्रो देवता यज्ञभुङ् मानसं ब्रह्म महेस्वरं ब्रह्म ॥११॥

मानसो हंसः सोऽहं हंस इति तन्मयं यज्ञो नादानुसंधानम् ।  
तन्मयविकारो जीवः ॥१२॥

परमात्मस्वरूपो हंसः । अन्तर्वहिरुचरति हंसः । अन्तर्गतो-  
ऽनवकाशान्तर्गतसुषुप्तस्वरूपो हंसः ॥१३॥

षण्वतितत्त्वतन्तुवद्व्यक्तं चित्सूत्रत्रयचिन्मयलक्षणं  
नवतत्त्वत्रिराद्युतं ब्रह्मविष्णुमहेश्वरात्मकमग्नित्रयकलोपेतं चिद्-  
ग्रन्थिवन्धनम् अद्वैतदग्रन्थिः ॥१४॥ यज्ञसाधारणाङ्गं वहि-  
रस्तज्ज्वलनं यज्ञाङ्गलक्षणब्रह्मस्वरूपो हंसः ॥१५॥

उपवीतलक्षणसूत्र ब्रह्मगा यसाः । ब्रह्माङ्गलक्षणयुक्तो  
यज्ञसूत्रम् । तदब्रह्मसूत्रम् । यज्ञसूत्रसम्बन्धी ब्रह्मयज्ञः तत्स्वरूपः  
॥१६॥

अङ्गानि मात्राणि । मनोयज्ञस्य हंसो ब्रह्मसूत्रम् । प्रणवं  
ब्रह्मसूत्रं ब्रह्मयज्ञमयम् । प्रणवान्तर्वर्ती हंसो ब्रह्मसूत्रम् । तदेव  
ब्रह्मयज्ञमयं मोक्षक्रमम् ॥१७॥

ब्रह्मसंख्याक्रिया मनोयोगः । संख्याक्रिया मनोयागस्य  
लक्षणम् ॥१८॥

यज्ञ सूत्रं प्रणवम् । ब्रह्मयज्ञक्रियायुक्तो ब्राह्मणः । ब्रह्मचर्येण  
चरन्ति देवाः । हंससूत्रचर्या यज्ञाः । हंसप्रणवयोरभेदः ॥१९॥

समस्त यज्ञों के कर्ता पशुपति रुद्र भगवान् हैं, विष्णु अध्वर्यु,

इन्द्र होता है । महेश्वर का मानस रूप ब्रह्म की यज्ञ की भोगने वाला देवता है ॥ ११ ॥ उस मानस ब्रह्म का रूप है 'हंस सोऽहं ।' इस तन्मयता को प्राप्त करने के लिये जो यज्ञ किया जाता है, वह नादानुसंधान । तन्मयता का विकार ही जीव है ॥ १२ ॥ यह हंस परमात्मा का स्वरूप है जो बाहर और भीतर चलता रहता है । भीतर जाने पर अनवकाश वाले स्थान में यह हंस सुपर्ण स्वरूप ( ईश्वर ) होता है ॥ १३ ॥ छिद्यानवे तन्त्रियों के रूप में व्यक्त होने वाला, चित् के तीन सूत्रों से चिन्मय, नी तत्त्वों से तिगुना किया हुआ, ब्रह्मा, विष्णु, महेश रूप तीन अग्नियों से संयुक्त चिद् ग्रन्थि से बँधा, अद्वैत ग्रन्थि से युक्त, यज्ञ के साधारण अङ्ग रूप में बाह्य और अन्तर को सुप्रकाशित करने वाला यज्ञोपवीत हंस ही है ॥ १४-१५ ॥

इस प्रकार उपवीत के सूत्र ब्रह्म-यज्ञ रूप हैं, अर्थात् यज्ञोपवीत ब्रह्म का प्रतीक रूप है । इस प्रकार यज्ञोपवीत और ब्रह्मयज्ञ एक दूसरे के स्वरूप हैं ॥ १६ ॥ इसके अङ्ग मात्रा है । यज्ञोपवीत इस मनोयज्ञ का हंस है । ब्रह्म-यज्ञ से युक्त प्रणव भी ब्रह्मसूत्र हैं । प्रणव का अन्तवर्ती हंस भी ब्रह्म सूत्र है । यह ब्रह्म-यज्ञ मोक्ष का साधन रूप है ॥ १७ ॥ ब्रह्म-संख्या मानसिक यज्ञ की क्रिया है । संख्या-क्रिया मानसिक यज्ञ का लक्षण है ॥ १८ ॥ जो यज्ञ सूत्र, प्रणव, ब्रह्म-यज्ञ की क्रिया से युक्त है, वह ब्राह्मण है । ब्रह्मचर्य में देव रहते हैं । मूत्र रूप हंस यज्ञ में रहते हैं, हंस और प्रणव एक ही हैं ॥ १९ ॥

॥

हंसस्य प्रार्थनास्त्रिकालाः । त्रिकालास्त्रिवर्णाः । त्रेताग्न्य-  
नुसंधानो यागः । त्रेताग्न्यात्माकृतिवर्णोङ्कारहंसानुधानोऽन्तर्यामिः  
॥ २० ॥ चित्स्वरूपवत्तन्मयं तुरीयस्वरूपम् । अन्तरादित्ये ज्योतिः

स्वरूपो हंसः ॥२१॥ यज्ञाङ्गं ब्रह्मसंपत्तिः । ब्रह्मप्रवृत्तितत्प्रणव-  
हंससूत्रेणैव ध्यानमाचरन्ति ॥२२॥

प्रोवाच पुनः स्वयंभुवं प्रतिजानीते ब्रह्मपुत्रो ऋषिर्बाल-  
खिल्यः । हंससूत्राणि कतिसंख्यानि कियद्वा प्रमाणम् ॥२३॥  
हृदादित्यमरीचीनां पदं षण्णवतिः । चित्सूत्राघ्राणयोः स्वनिर्गता  
प्रणवाधारा षडङ्गुलदशाशीतिः ॥२४॥

वामबाहुदक्षिणकट्योरन्तश्चरति हंस परमात्मा ब्रह्म-  
गुह्यप्रकारो नान्यत्र विदितः ॥२५॥ ये जानन्ति तेऽमृतफलकाः ।  
सर्वकालं हंसं न प्रकाशकम् । प्रणवहंसान्तर्ध्यानप्रकृतिं विना न  
मुक्तिः ॥२६॥

हंस की प्रार्थना तीन समय की जाती है तीन काल में तीन  
वर्ण होते हैं । यह यज्ञ तीनों अग्नियों से करने का है । तीन अग्नि,  
आत्मा की आकृति और वर्ण वाले व्यंकार रूप हंस का विचारना  
भीतर का यज्ञ है ॥ २० ॥ चित् रूप से तन्मय होना तुरीय  
का स्वरूप है । भीतर के सूर्य में हंस की व्योमिति रूप है ॥ २१ ॥  
यज्ञ का यह अंग ही ब्रह्म-सम्पत्ति है । इसलिये ब्रह्म की प्राप्ति  
के निमित्त प्रणव रूप हंस की साधना ही विषय है ॥ २२ ॥  
ब्रह्मपुत्र बालखिल्य ने पुनः स्वयंभू से पूछा—“हंस सूत्रों की  
संख्या कितनी है और उनका प्रमाण कितने हैं ? आप तो सब जानते  
हैं, बतलाइये ।” ॥ २३ ॥ स्वयंभू ब्रह्म ने उत्तर दिया—  
“हृदय—आदित्य की छियानवे किरणें हैं । चित्त सूत्र रूप घ्राण से  
स्वर सहित निकलने वाली धारा भी छियानवे अङ्गुल होती है  
॥ २४ ॥ वाम भुजा के पास कमर के दाहिनी ओर के मध्य में  
परमात्मा हंस का निवास है ॥ २५ ॥ पर इस गुह्य विषय को कोई  
जान नहीं पाता । निनको अमृतत्व प्राप्त हो गया है, वे ही

उस सर्वकाल प्रकाशमान हंस को जानते हैं । प्रणव रूप हंस का अन्तर्ध्यान किये बिना मोक्ष प्राप्त नहीं होता ॥ २६ ॥

नवसूत्रान्परिचर्चितान् । तेऽपि यद्ब्रह्म चरन्ति । अन्तरादित्यं न ज्ञातं मनुष्याणाम् ॥२७॥ जगदादित्यो रोचत इति ज्ञात्वा ते मर्त्या विबुधास्तपनन्नार्थेनायुक्ता आचरन्ति ॥२८॥ वाजपेयः पशुहर्ता अध्वर्युरिन्द्रो देवता अहिंसा धर्मयागः मरमहंसोऽध्वर्युः परमात्मा देवता पशुपतिः ॥२९॥ ब्रह्मोपनिषदो ब्रह्म । स्वाध्याययुक्ता ब्राह्मणाश्चरन्ति ॥३०॥

अश्वमेधो महायज्ञकथा । तद्राज्ञा ब्रह्मचर्यमाचरन्ति । सर्वेषां पूर्वोक्तब्रह्मयज्ञक्रमं मुक्तिक्रममिति ॥३१॥

ब्रह्मपुत्रः प्रोवाच । उदितो हंस ऋषिः । स्वयंभूस्तिरोदधे । रुद्रो ब्रह्मोपनिषदो हंसज्योतिः पशुपतिः प्रणवस्तारकः स एवं वेद ॥३२॥

जो रंगे हुये नौ सूत्रों के यज्ञोपवीत को धारण करते हैं, वे भी ब्रह्म समझ कर ही उसकी उपासना करते हैं । पर इन लोगों को अन्तरादित्य रूप ब्रह्म का ज्ञान नहीं होता ॥ २७ ॥ सूर्य जगत को प्रकाश देता है, यह समझकर वे बुद्धिसाल मनुष्य शुद्ध बुद्धि और ज्ञान के लिए उसकी प्रार्थना करते हैं ॥ २८ ॥ वाजपेय यज्ञ पशुपति रूप हैं, उसका देवता इन्द्र होता है । अहिंसा का पालन बहुत बड़ा यज्ञ है, इसमें परमहंस अध्वर्यु, परमात्मा देवता है ॥ २९ ॥ वेद और उपनिषद् में जिस ब्रह्म का प्रतिपादन किया गया है, उसी की ये स्वाध्याययुक्त ब्रह्मज्ञानी उपासना करते हैं ॥ ३० ॥ इस महायज्ञ का ज्ञान ही अश्वमेध यज्ञ है । इसके आश्रय से ही वे ब्रह्मज्ञान का आचरण करते हैं । पूर्वोक्त सब ब्रह्म यज्ञ ही मुक्ति प्रदान कर सकने वाले हैं ॥ ३१ ॥ ब्रह्मपुत्र ने फिर कहा—

“हंस विषयक ज्ञान का उदय हो गया ।” यह सुन कर स्वयंभू तिरोधान हो गये । उपनिषद् में जिस हंस ज्योति को कहा गया है, वही रुद्र है और संसार से उद्धार करने वाला प्रणव ही पशुपति है ॥३२॥

॥ पूर्वकाण्ड समाप्त ॥

### उत्तर काण्डः

हंसात्ममालिका वर्णब्रह्मकालप्रचोदिता ।  
 परमात्मा पुमानिति ब्रह्मसंपत्तिकारिणी ॥१॥  
 अध्यात्मब्रह्मकल्पस्य आकृतिः कीदृशी कथा ।  
 ब्रह्मज्ञानप्रभा सन्ध्या कालो गच्छति धीमताम् ।  
 हंसाख्यो देवमात्माख्यमात्मतत्त्वप्रजा कथम् ॥२॥  
 अन्तःप्रणवनादाख्यो हंसः प्रत्ययबोधकः ।  
 अन्तर्गतप्रमागूढं ज्ञाननालं विराजितम् ॥३॥  
 शिवशक्त्यात्मकं रूपं चिन्मयानन्दवेदितम् ।  
 नादबिन्दुकला त्रीणि नेत्र विश्वविचेष्टितम् ॥४॥  
 त्रियङ्गानि शिखा त्रीणि द्वित्रिणि संख्यमाकृतिः ।  
 अन्तर्गूढप्रमा हंसः प्रमाणान्निर्गतं बहिः ॥५॥

‘हंस’ का जप ही वर्ण ब्रह्म है, इसी से ब्रह्म की प्राप्ति होती है । परमात्मा और पुरुष भी यही है ॥ १ ॥ जो आत्मज्ञान से ब्रह्म सदृश्य हो गया हो उसके विषय में कहने को क्या रह जाता है ? ज्ञानी जन अपना समय ब्रह्म की चर्चा और उपासना में ही व्यतीत करते हैं । जब हंस और आत्मा में एकता स्थापित हो जाती है, तो प्रजा कहाँ हो सकती है ॥ २ ॥ भीतर में होने वाले प्रणव रूपी नाद से जो हंस विदित होता है, वही सब ज्ञान कराने वाला है । अन्तरानुभव द्वारा बाह्य ज्ञान की प्राप्ति होती है ॥ ३ ॥ शिव

सक्ति रूप, चिन्मय और आनन्द से विदित होने वाला वही है । नाद, बिन्दु और कला—इन तीनों नेत्रों से ही जगत चेष्टायुक्त है ॥४॥ तीन अङ्ग, तीन शिखा और दो या तीन मात्राओं से उसकी आकृति विदित होती है । जब इस प्रकार अन्तर्ज्ञान हो जाता है, तब इस गूढ़ आत्मा का ज्ञान बाह्यरूप से भी होने लगता है ॥ ५ ॥

ब्रह्मसूत्रपदं ज्ञेयं ब्राह्मणं विद्ध्युक्तलक्षणम् ।  
हंसार्कप्रणवध्यानमित्युक्तो ज्ञानसागरे ॥६॥  
एतद्विज्ञानमात्रेण ज्ञानसागरपारगः ।  
स्वतः शिवः पशुपतिः साक्षी सर्वस्य सर्वदा ॥७॥  
सर्वेषां तु मनस्तेन प्रेरितं नियमेन तु ।  
विषये गच्छति प्राणश्चेष्टते वाग्वदत्यपि ॥८॥  
चक्षुः पश्यति रूपाणि श्रोत्रं सर्वं शृणोत्यपि ।  
अन्यानि खानि सर्वाणि तेनैव प्रेरितानि तु ॥९॥  
स्वं स्वं विषयमुद्दिश्य प्रवर्तन्ते निरन्तरम् ।  
प्रवर्तकत्वं चाप्यस्य मायया न स्वभावतः ॥१०॥

जगत के सूत्र रूप ब्रह्म का ज्ञान प्राप्त करना चाहिये और हंस रूपी सूर्य का प्रणव सहित ध्यान करना चाहिये, यही ज्ञानियों का उपदेश है ॥ ६ ॥ इस तरह के ज्ञान की प्राप्ति होने से ही ज्ञान सागर के पार पहुँचा जा सकता है । स्वयं शिव और पशुपति ही सर्वदा साक्षी रूप हैं ॥ ७ ॥ वही शिव सब से मन को प्रेरित और नियमन करने वाला है, जिसके प्रभाव से मन विषयों में जाता है, प्राण चेष्टा करते हैं और वाणी उच्चारण करती है ॥ ८ ॥ उसकी प्रेरणा से ही नेत्र देखते हैं, कान सुनते हैं और अन्य सब इन्द्रियाँ भी

अपने-अपने विषयों में निरन्तर प्रवृत्त रहती हैं। यह प्रवृत्त होना माया रूप होता है, स्वभावतः नहीं होता ॥८—१०॥

श्रोत्रमात्मनि चाव्यस्तं स्वयं पशुपतिः पुमान् ।  
 अनुप्रविश्य श्रोत्रस्य ददाति श्रोत्रतां शिवः ॥११  
 मनः स्वात्मनि चाव्यस्तं प्रविश्य परमेश्वरः ।  
 मनस्त्वं तस्य सत्यस्थो ददाति नियमेन तु ॥१२  
 स एव विदितादन्यस्तथैवाविदितादपि ।  
 अन्येपामिन्द्रियाणां तु कल्पितानामहीश्वरः ॥१३  
 तत्तद्रूपमनुप्राप्य ददाति नियमेन तु ।  
 ततश्चक्षुश्च वाक्च मनश्चान्यानि खानि च ॥१४  
 न गच्छन्ति स्वयं ज्योतिःस्वभावे परमात्मनि ।  
 अकर्तुं विषयप्रत्यक्षप्रकाशं स्वात्मनैव तु ॥१५  
 विना तर्कप्रमाणाभ्यां ब्रह्म यो वेद वेद सः ।  
 प्रत्यगात्मा परं ज्योतिर्माया सा तु महत्तमः ॥१६

श्रोत्र आत्मा के आश्रित है और स्वयं पशुपति ही श्रोत्र में प्रविष्ट होकर उसको श्रवण शक्ति देते हैं ॥ ११ ॥ मन भी आत्मा में अव्यस्त है और परमेश्वर उसमें प्रविष्ट होकर, यहां रहते हुये उसे नियम रखते हैं और मनस्त्व प्रदान करते हैं ॥ १२ ॥ इसी प्रकार वे ही परमेश्वर सब इन्द्रियों को सचेष्ट करते हैं, पर लोग उनको जैसा बताते हैं या अनुमान करते हैं, उससे वे भिन्न हैं ॥ १३ ॥ परमेश्वर ही इन सब इन्द्रियों को तदनुकूल रूप देते हैं और उनका नियमन करते हैं, इसलिये ये नेत्र, वाणी, मन आदि समस्त इन्द्रियां परमात्मा के स्वयं ज्योति रूप को प्राप्त नहीं हो सकतीं ( उन्हें नहीं जान सकतीं ) जो यह समझता है कि परमात्मा अन्तः-

करण के विषयों से भिन्न हैं और इसलिये बिना तर्क और प्रमाण के उसे अपनी आत्मा से जानने का प्रयत्न करना चाहिए, उसी को यथार्थ में परमात्मा का ज्ञान हो सकता है। यह आत्मा ही परम प्रकाशरूप है, जब कि माया घोर तमरूप है ॥१४—१६॥

तथा सति कथं मायासंभवः प्रत्यगात्मनि ।  
तस्मात्तर्कप्रमाणाभ्यां स्वानुभूत्या च चिद्घने ॥१७

स्वप्रकाशैकसंसिद्धे नास्ति माया परात्मनि ।

व्यावहारिकदृष्टयेयं विद्याऽविद्या न चान्यथा ॥१८

तत्त्वदृष्ट्या तु नास्त्येव तत्त्वमेवास्ति केवलम् ।

व्यावहारिकदृष्टिस्तु प्रकाशाव्यभिचारतः ॥१९

प्रकाश एव सततं तस्मादद्वैत एव हि ।

अद्वैतमिति चोक्तिश्च प्रकाशाव्यभिचारतः ॥२०

इसलिए प्रत्यगात्मा और माया को एकता किसी प्रकार संभव नहीं। इस प्रकार तर्क, प्रमाणों और अनुभव से विदित होता है कि चैतन्य रूप, स्वयं प्रकाश परमात्मा में माया नहीं है। विद्या और अविद्या के विषय व्यावहारिक हैं, परमात्मा से उनका सम्बन्ध नहीं ॥१७—१८॥ तत्त्व को दृष्टि से यह सब मिथ्या है, केवल एक तत्त्व ही वास्तविक है। व्यावहारिक दृष्टि से भी जो भी कुछ जान पड़ता है वह भी उसी प्रकार का आभास है। इससे यह सब अद्वैत ही है और अद्वैत भी उस प्रकार के अभेद से कहा जाता है ॥२०॥

प्रकाश एव सततं तस्मान्मीनं हि युज्यते ।

अयमर्थो महान्यस्य स्वयमेव प्रकाशितः ॥२१

न स जीवो न च ब्रह्मा न चान्यदपि किञ्चन ।

न तस्य वर्णा विद्यन्ते नाश्रमाश्च तथैव च ॥२२



न तस्य धर्मोऽधर्मश्च न निषेधो विधिर्न च ।  
 यदा ब्रह्मात्मकं सर्वं विभाति स्वत एव तु ॥२३॥  
 तदा दुःखादिभेदोऽयमाभासोऽपि न भासते ।  
 जगज्जीवादिरूपेण पश्यन्नपि परात्मवित् ॥२४॥  
 न तत्पश्यति चिद्रूपं ब्रह्मवस्त्वेव पश्यति ।  
 धर्मधर्मित्ववार्ता च भेदे सति हि भिद्यते ॥२५॥

इस प्रकार सब एक ही प्रकाश है और इसके सम्बन्ध में अधिक कुछ कहने की अपेक्षा मौन श्रेष्ठ है । जिसको यह महान् ज्ञान स्वयं ही विदित हो गया है वह न जीव रूप है, न ब्रह्म है और न कुछ और है । उसको वर्ण भी नहीं है, आश्रम भी नहीं है, धर्म भी नहीं है, अधर्म भी नहीं है, निषेध भी नहीं, विधि भी नहीं है । जब उसको सब कुछ ब्रह्ममय दिखाई देता है, तो उसे यह दुःखादि भेद का आभास बिल्कुल नहीं जान पड़ता । परब्रह्म का इस प्रकार ज्ञान रखने वाला इस जीवादि रूप वाले जगत को देखते हुए भी नहीं देखता । वह केवल चिद्रूप ब्रह्मा को ही देखता है, धर्म तथा धर्मों का विषय भेद के रहते हुये भिन्न है ॥२१—२५॥

भेदा [दोऽ] भेदस्तथा भेदाभेदः साक्षात्परात्मनः ।

नास्ति स्वात्मातिन्केण स्वयमेवास्ति सर्वदा ॥२६॥

ब्रह्मैव विद्यते साक्षाद्ब्रह्मस्तुतोऽब्रह्मस्तुतोऽपि च ।

तथैव ब्रह्मविज्ञानी किं गृह्णाति जहाति किम् ॥२७॥

अधिष्ठानमनौपम्यमवाङ् मनसगोचरम् ।

यत्तद्विश्वमग्राह्यमगोत्रं रूपवर्जितम् ॥२८॥

अचक्षुःश्रोत्रमत्यर्थं तदपाणिदं तथा ।

नित्यं विश्वं सर्वगतं सुसूक्ष्मं च तदव्ययम् ॥२९॥

ब्रह्मैवेदममृतं तत्पुरस्ता—  
 द्ब्रह्मानन्दं परमं चैव पश्चात् ।  
 ब्रह्मानन्दं परमं दक्षिणे च  
 ब्रह्मानन्दं परमं चोत्तरं च ॥३०॥

एक मात्र यह परमात्मा ही सदा से वर्तमान है और अन्य सब भेद, आदि तथा भेदाभेद उसमें ही व्याप्त है ॥ २६ ॥ वस्तु या अवस्तु जो कुछ है वह सब साक्षात् ब्रह्म ही है । ऐसी अवस्था में ब्रह्मज्ञान रखने वाला किसी का ग्रहण या त्याग कैसे कर सकता है ? ॥ २७ ॥ जो ब्रह्म उपमारहित, वाणी और मन से अगोचर, दृष्टि से दिखाई न देने वाला, ग्रहण न कर सकने योग्य, अगोत्र, रूप रहित है, जो नेत्र, कान, हाथ, पैर आदि से रहित, नित्य, विभु, सर्वगत, सूक्ष्म, अण्वय, मृत्युरहित है वही सब का अधिष्ठान या आधार स्वरूप है । उसके आगे और पीछे श्रेष्ठ ब्रह्मानन्द ही है, दाये, बाये भी वह परम ब्रह्मानन्द है ॥ ३० ॥

स्वात्मन्येव स्वयं सर्वं सदा पश्यति निर्भयः ।  
 तदा मुक्तो न मुक्तश्च बद्धस्यैव विमुक्तता ॥३१॥  
 एवंरूपा परा विद्या सत्येन तपसाऽपि च ।  
 ब्रह्मचर्यादिभिर्धर्मैर्लभ्या वेदान्तवर्त्मना ॥३२॥  
 स्वशरीरे स्वयंज्योतिःस्वरूपं परमार्थिकम् ।  
 क्षीणदोषाः प्रपश्यन्ति नेतरे माययाऽऽवृताः ॥३३॥  
 एवं स्वरूपविज्ञानं यस्य कस्यास्ति योगिनः ।  
 कुत्रचिद्गमनं नास्ति तस्य संपूर्णं रूपिणः ॥३४॥  
 आकाशमेकं संपूर्णं कुत्रचिन्न हि गच्छति ।  
 तद्वद्ब्रह्मात्मविच्छेदः कुत्रचिन्नैव गच्छति ॥३५॥

ऐसा साधक सब को सदा अपनी आत्मा के भीतर ही निःशङ्क भाव से देखता है । इस प्रकार भाव रखने से ज्ञानी ही नहीं अज्ञानी तक भी मुक्त हो जाता है ॥ ३१ ॥ यह परविद्या सत्य, तत्स्या और ब्रह्मचर्य से वेदान्त मार्ग द्वारा प्राप्त होती है ॥ ३२ ॥ जिनका अन्तःकरण शुद्ध है, जिसके दोष क्षीण हो गये हैं, वे ही अपने भीतर स्वयं प्रकाशमान परमात्मा को देख सकते हैं, माया में फंसे हुये उसको नहीं देख सकते ॥ ३३ ॥ जो योगी अपने स्वरूप को इस प्रकार जानता है, उस पूर्णता प्राप्त का आवागमन नहीं होता है ॥ ३४ ॥ जैसे जो सर्वत्र उपस्थित है वह कहीं नहीं आता जाता, उसी प्रकार जिसने अपने को ब्रह्म रूप समझ लिया है वह कहीं नहीं आ-जा सकता ॥ ३५ ॥

अभक्ष्यस्य निवृत्त्या तु विशुद्धं हृदयं भवेत् ।  
 आहारशुद्धौ चित्तस्य विशुद्धिर्भवति स्वतः ॥ ३६  
 चित्ते शुद्धे क्रमाज्ज्ञानं त्रुट्यन्ते ग्रन्थयः स्फुटम् ।  
 अभक्ष्यं ब्रह्मविज्ञानस्यैव देहिनः ॥ ३७  
 न सम्यज्ज्ञानिनस्तद्वत्स्वरूपं सकलं खलु ।  
 अहमन्नं सदाऽन्नाद इति हि ब्रह्मवेदनम् ॥ ३८  
 ब्रह्मविद्ग्रसति जानात्सर्वं ब्रह्मात्मनैव तु ।  
 ब्रह्मक्षत्रादिकं सर्वं यस्य स्यादोदनं सदा ॥ ३९  
 यस्योपसेचनं मृत्युस्यज्ज्ञानी तादृशः खलु ।  
 ब्रह्मस्वरूपविज्ञानाज्जागद्भोज्यं भवेत्खलु ॥ ४०

आहार में अभक्ष्य का त्याग कर देने से चित्त शुद्ध हो जाता है, आहार की शुद्धि से चित्त की शुद्धि स्वयंमेव हो जाती है ॥ ३६ ॥ जब चित्त शुद्ध हो जाता है तो क्रम से ज्ञान होता जाता है और अज्ञान की ग्रन्थियाँ नष्ट हो जाती हैं । पर भक्ष्याभक्ष्य का विचार

उसके लिए ही आवश्यक है जिसे ब्रह्मज्ञान प्राप्त नहीं हुआ है ॥३७॥ क्योंकि सम्यक् ज्ञानी का स्वरूप अज्ञानी के समान भेद ज्ञानयुक्त नहीं होता । ज्ञानी यह जानता है कि खाने वाला मैं हूँ और अन्न भी मैं हूँ ॥ ॥३८॥ पर जो ब्रह्मज्ञानी होता है वह सब को ब्रह्ममय देखता है, इसलिये ब्राह्मण क्षत्रिय आदि की भावना ही उसका भोजन हो जाता है ॥ ३९ ॥ मृत्यु जिसका अन्न ( भोजन ) है ऐसे ब्रह्म को जानने वाला भी वंसा ही हो जाता है और यह समस्त जगत उसके लिये भोजन स्वरूप हो जाता है ॥४०॥

जगदात्मतया भाति यदा भोज्यं भवेत्तदा ।

ब्रह्मस्वात्मतया नित्यं भक्षित सकल तदा ॥४१॥

यदा भानेन रूपेण जगद्भोज्यं भवेत्तु तत् ।

मानतः स्वात्मना भातं भक्षितं भवति ध्रुवम् ॥४२॥

स्वस्वरूपं स्वयं भुङ्क्ते नास्ति भोज्यं पृथक् स्वतः ।

अस्ति चेदस्ति तारूपं ब्रह्म वास्तित्वलक्षणम् ॥४३॥

अस्ति तालक्षणा सत्ता सत्ता ब्रह्म न चापरा ।

नास्ति सत्ताऽतिरेकेण नास्ति माया च वस्तुतः ॥४४॥

योगिनामात्मनिष्ठानां माया ह्यात्मनि कल्पिता ।

साक्षिरूपतया भाति ब्रह्मज्ञानेन बाधिता ॥४५॥

ब्रह्मविज्ञानसंपन्नः प्रतीतमखिलं जगत् ।

पश्यन्नपि सदा नैव पश्यति स्वात्मनः पृथक् ॥४६॥

इत्पुननिषत् ॥

जब जगत को आत्मरूप में अनुभव किया जाता है, तो वह भोज्यरूप हो जाता है । आत्मरूप से ब्रह्म सर्वत्र उसे भक्षण करता रहता है ॥४१॥ जिसका आभास होने से यह जगत भोजन रूप बन जाता है, जब वह आत्मरूप निहित हो जाता है तो अवश्य ही

ब्रह्म द्वारा भक्षित होती है ॥४२॥ इस प्रकार ब्रह्म अपने स्वरूप को स्वयं ही खाता है, क्योंकि भोज्य पदार्थ उससे पृथक् नहीं है, वैसे भी यदि वह अस्तित्व रूप है तो भी वह ब्रह्म है, क्योंकि ब्रह्म के अतिरिक्त किसी का अस्तित्व ही नहीं है ॥४३॥ सत्ता का लक्षण अस्तित्व माना जाता है और सत्ता ब्रह्म से भिन्न नहीं होती । ब्रह्म के सिवाय कोई सत्ता नहीं है, माया से कोई वास्तविक वस्तु नहीं होती ॥ ४४ ॥ योगीजन माया की कल्पना अपनी आत्मा से करते हैं । ब्रह्मज्ञान से बाधित होकर वह [उनको साक्षी रूप भासती है ॥४५॥ इस प्रकार जिस ज्ञानी को ब्रह्मज्ञान का अनुभव हो गया है, वह चाहे जगत को अपने सम्मुख देखता रहे, पर वह उसे अपने से पृथक् नहीं मानता ॥४६॥

॥ पाशुपत ब्रह्म उपनिषद् समाप्त ॥

## प्राणाग्निहोत्रोपनिषत्

ॐ सह नाववतु । सह नौ भुनक्तु सहवीर्यं करवाव है ।  
तेजस्वि नावधीतमस्तु मा विद्विषाव है । ॐ शान्तिः शान्तिः  
शान्तिः ।

ब्रह्म हम दोनों की रक्षा करें, वह हम दोनों का पालन करें,  
हम दोनों एक साथ सामर्थ्य को प्राप्त हों, हमारा अध्ययन तेजस्वी हो,  
हम परस्पर द्वेष न करें । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

अथातः सर्वोपनिषत्सारं संसारज्ञानातीतमन्नसूक्तं शरीर  
यज्ञं व्याख्यास्यामो यस्मिन्नेव पुरुषशरीरे विनाऽप्यग्निहोत्रेण  
विनाऽपि सांख्येन संसारनिवृत्तिर्भवतीति ॥ १ ॥

स्वेन विधिनाऽन्नं भूमौ निक्षिप्य या ओषधयः सोमराज्ञी-  
रिति तिसृभिरन्नपत इति द्वाभ्यामभिमन्त्रयति ॥ २ ॥

या ओषधयः सोमराज्ञीर्वह्नीः शतविचक्षणाः ।

बृहस्पतिप्रसूतास्ता नो मुञ्चस्त्वं हंसः ॥ ३ ॥

याः फलिनीर्या अफला अपुष्पा याश्च पुष्पिणीः ।

बृहस्पतिप्रसूतास्ता नो मुञ्चस्त्वं हंसः ॥ ४ ॥

जीवला नवारिषां मा ते वध्नाम्योषधीः ।

यातयायु रूपाहरादप रक्षांसि चातयात् ॥ ५ ॥

अब सब उपनिषदों का सारभूत सांसारिक ज्ञान से अतीत  
( परे ) अन्नसूक्त तथा शरीर यज्ञ की व्याख्या की जाती है । जिस  
पुरुष शरीर के ज्ञान लेने पर बिना ही अग्निहोत्र के, बिना ही सांख्य

आदि दर्जनों के ज्ञान के संसार की निवृत्ति ( संसार से निवृत्ति ) पराङ्मुखता ( मोक्ष प्राप्ति ) हो जाती है ॥ १ ॥ बाह्य प्राणाग्नि-होत्र की विधि अपनी-अपनी विधि के अनुसार पृथ्वी में बनाई वेदिका में शाकयुक्त अन्न रख कर 'या ओषधय' या फलिनी.....जीवला नद्या-रिपां.....'इन तीन तथा' अन्नपते अन्नस्य.....यदन्नमग्नि.....इन दो से अग्निमन्त्रित करे ॥ २ ॥ अब क्रमशः वह उपयुक्त तीन व दो ऋचायें लिखी जाती हैं—जो तोम देवता प्रधान शतवीर्य बहुशाखा वाली वृहस्पति प्रसूत औषधियां हैं वह हमें पापमुक्त कर दें ॥ ३ ॥ जो फल-युक्त, फलहीन, पुष्पहीन, अथवा पुष्प ( फूल ) युक्त वृहस्पति प्रसूत ( उत्पन्न ) औषधियां हैं, वह हमें पापमुक्त कर दें ॥ ४ ॥ इन दो मन्त्रों तथा 'जीवला.....रक्षांसि चातयान्'—इस तीसरे मन्त्र द्वारा एवं.....अन्नपते.....द्विपदे चतुष्पदे यदग्निना.....ईशानाय स्वाहा, इन दो मन्त्रों से अग्निपेक करना चाहिये । अर्थात् क्रमशः दिये इन पाँच मन्त्रों से उस पिण्ड पर जलामिपेक करना चाहिये ॥ ५ ॥

अन्नेपतेऽन्नस्य नो धेह्यनमीवस्य शुष्मिणः ।

प्रप्रदातारं तारिष ऊर्जं नो धेहि द्विपदे चतुष्पदे ॥६॥

यदन्नमग्निर्वहुघ्ना विरुदं रुद्रेः

प्रजार्धं यदि वा पिशाचैः ।

सर्वं तदीशानो अभयं कृणोतु

शिवमीशानाय स्वाहा ॥७॥

अन्तश्चरसि भूतेषु गुहायां विश्रतोमुखः ।

त्वं तलस्त्वं ब्रह्मा त्वं रुद्रस्त्वं विष्णुस्त्वं वषट्कार आपो

ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्मा भूर्भुवः सुवरो नमः ॥८॥

आपः पुनन्तु पृथिवीं पूता पुनानु माम् ।

पुनन्तु ब्रह्मणस्पतिर्ब्रह्मा पूता पुनानु माम् ॥

यदुच्छिष्टमभोज्यं यद्वा दुश्चरितं मम ।

सर्वं पुनन्तु मामापोऽसतां च प्रतिग्रहं स्वाहा ॥८॥

अमृतमस्त्वमृतोपस्तरणमस्यमृतं प्राणे होम्यमाशिष्यन्योऽसि  
ॐ प्राणाय स्वाहा ॐ अपानाय स्वाहा ॐ व्यानाय स्वाहा ॐ  
उदानाय स्वाहा ॐ समानाय स्वाहा ॐ ब्राह्मणे स्वाहा ॐ ब्रह्मणि  
म आत्माऽमृतत्वायेति ॥ १० ॥

इन मन्त्रों से अन्न को छूकर अभिमन्त्रित कर वाहिने हाथ में जल लेकर 'अन्न श्वरसि...' 'आपः पुनन्तु' इन दो मन्त्रों से अभिमन्त्रित कर अन्न का प्रोक्षण करे ( जल के छीटे दे ) तू प्राणियों के हृदय में सर्वतोमुख रूप होकर ( सर्वत्र व्यापक ) स्थित है, भ्रमण करता है। तू ही यज्ञ, ब्रह्मा, रुद्र, विष्णु, वषट्कार, जलराशि, ज्योतिः, रस, अमृत, ब्रह्म तथा भू भुवः एवं स्वः है, तुझे नमस्कार है ॥ ८ ॥ हे जल ! तुम पृथिवी को पवित्र करो और पवित्र हुई जो पृथ्वी वह मुझे पवित्र करे। ब्रह्मणस्पति भी पवित्र करे, ब्रह्मपूत पृथ्वी मुझे पवित्र करे। जो उच्छिष्ट, अभक्ष्य या दुश्चरित मेरा हो, उन सबको जल पवित्र कर दे और पापों को रोक दे ॥ ९ ॥ इस प्रकार प्रोक्षण करके दो बार अभिवेक कर बाँये हाथ से वेदिका को छूता हुआ वाहिने हाथ में ग्रहण कर 'अमृतमस्त्वमृतोपस्तरणमसि' यह कह कर उसे पी कर 'अमृत प्राणे होम्यमाशिष्यन्योऽसि' यह कहकर अमृतोपम होम करने योग्य वस्तु को तूने आस्वादित किया है यह समझ आत्मानुसन्धान पूर्वक प्राण में आहुतियाँ करे—ॐ प्राण, अपान, उदान, समान, व्यान ये इन आहुतियों को प्राप्त करे। ब्रह्म भी आहुतियाँ प्राप्त करे। ब्रह्म में मेरी आत्मा अमृतत्व का आस्वादन करे ॥ १० ॥

कनिष्ठिकाङ्गुल्याऽङ्गुष्ठेनप्राणे जुहोति अनामिकयाऽपाने मध्यमिकया व्याने सर्वाभिरुदाने प्रदेशिन्या समाने ॥ ११ ॥  
तूष्णीमेकामेकमृचा जुहोति द्वे आहवनीये एकां दक्षिणाग्नी



एकां गार्हपत्ये एकां सर्वप्रायश्चित्तीये ॥ १२ ॥ अथापिधानमस्य  
मृतत्वायोपस्पृश्य पुनरादाय पुनः स्पृशेत् ॥ १३ ॥ सव्ये पाणा-  
वापो गृहीत्वा हृदयमन्वालय्य जपेत्—

प्राणोऽग्निः परमात्मा पञ्चवायुभिरावृतः ।

अभयं सर्वभूतेभ्यो न मे भीतिः कदाचन ॥ १४ ॥

विश्वोऽसि वैश्वानरो विश्वरूपं त्वया धार्यते जायमानम् ।

विश्वं त्वाहुतयः सर्वा यत्र ब्रह्माऽमृतोऽसि ॥ १५ ॥

कनिष्ठिका अँगुली तथा अँगूठे से प्राण में अनामिका से,  
अपान में मध्यमा से, व्यान में सभी अँगुलियों से, उदान में तर्जनी से,  
समान में आहुति डाले ( कल्पना करो ) ॥ ११ ॥ मौन होकर एक  
आहुति 'प्राणाय स्वाहा' इस एक ऋचा से 'अपानाय स्वाहा' ये दो  
आहुतियाँ आहवनीय में होम करे । एक दक्षिणाग्नि, एक गार्हपत्य  
तथा एक सर्व प्रायश्चित्तीय अग्नि में होम करे ॥ १२ ॥ इस प्रकार  
पाँच आहुतियाँ करके यथानियम खाकर ( आहुति शेष ) 'अथ  
पुरस्तात् चोप रिष्टाच्च अद्भिः परिदधाति' इति श्रुति के अनुरोध से—  
अपिधान स्वरूप को अमृतत्व के लिए छूकर फिर ग्रहण कर पुनः  
स्पर्श करे ॥ १३ ॥ बाँये हाथ में जल ग्रहण कर हृदयालम्बन कर  
( हृदय के पास हाथ रख ) जप करे—मुख्य प्राण ही अग्नि है स्वगत  
विशेष अंशों की समाप्ति पर वही परमात्मा है विराड् आदि  
स्थानीय पाँच वायुओं के द्वारा आवृत है । मुझे सब प्राणियों से अभय  
प्रदान करें, मुझे उनसे कभी भय उत्पन्न न हो ॥ १४ ॥  
हे मुख्य प्राण ! व्यष्टि ( एक-एक ) समष्टि ( समूह रूप ) के उपाधि  
भेद से तू ही विश्व ( व्यावहारिक ) वैश्वानर ( विराड् )  
होकर विश्व रूप को धारण करता है 'अहं वैश्वानरो भूत्वा प्राणिनां  
देहमाश्रितः । जिस रूप में कि तू ब्रह्माऽमृत स्वरूप है, तेरे से

प्रादुभूत होने वाला विश्व तो तुरीयाग्नि में सभी आहुतियाँ हो जाता है (विलीन हो जाता है ) ॥१५॥

महानवोऽयं पुरुषो योऽङ्गुष्ठाग्रे प्रतिष्ठितः ।

तमद्भिः परिबिन्दामि सोऽस्यान्ते अमृताय च ॥१६॥

अनावित्येष बाह्यात्मा ध्यायेताग्निहोत्रं जुहोति । सर्वेषां मेव सूनुर्भवतु । अस्य यज्ञपरिवृता आहुतीर्होमयति ॥१७॥

स्वे शरीरे यज्ञं परिवर्तयामीति । चत्वारोऽन्यस्ते किं कामरव्याः ॥१८॥ तत्र सूर्याग्निर्नामि सूर्यमण्डलाकृतिः ह्रस्वरश्मिपरिवृत एकऋषिभूत्वा मूर्धनि तिष्ठति यस्मादुक्तो दर्शनाग्निर्नाम चतुराकृतिराहवनीयो भूत्वा मुखे तिष्ठति । शाशीरोग्निर्नाम जराप्रणुदा हविरवस्कन्दति अघचन्द्राकृतिर्दक्षान्निर्भूत्वा हृदये तिष्ठति । तत्र कोष्ठाग्निरिति—कोष्ठाग्निर्नामाशितपीतलीढ स्वादितं सम्याग्न्यष्टयं विषयित्वा गार्हपत्यो भूत्वा नाभ्यां तिष्ठति ॥ १९ ॥ प्रायश्चित्तयस्त्वधस्तात्तिर्यक् तिस्रो हिमांशुः प्रभुः प्रजननकर्मा ॥२०॥

“त प्रपदाभ्यां प्रापद्यत ब्रह्मेन पुरुषम्” इस श्रुति के अनुरोध से जो पैर के दोनों अँगूठों के आगे प्राण रूप से प्रतिष्ठित है वह तू प्रतिक्षण अभिनव ( नया २ ) पुरुष होता है अर्थात् नित्य नवीन रूप में रहता है । इस भोजन के (प्राशन के) अन्त में अमृतत्व की प्राप्ति के लिये उस व्यापक अन्न जल द्वारा सिन्धित करता है (अर्थात् उच्छ्वास निवास रूप से अभिविक्त करता है ) तेरा अभिवेक करता हूँ ॥ १६ ॥ ये चेष्टा विशिष्ट है अतः बाह्यात्मा इनका ध्यान करे । यह पुरुष प्रतिदिन प्राण रूपी अग्निहोत्र करता है क्योंकि सभी तुझ परमात्मा ( अग्निरूप ) का पुत्रवत् पोषण करते हैं अतः तू सब का पुत्र भी होता है, इस प्रकार

जो तू तेरी यह लोक आहुतियों का होम करता है ॥ १७ ॥ अपने शरीर में यज्ञ की कल्पना की जाती है । इन शरीर निर्वर्त्य अग्नियों की संख्या चार है । उनका स्वरूप अत्यन्त (सूक्ष्म छोटा) है । ये सब अर्धमात्रिक मात्र हैं ॥ १८ ॥ इन चार में से सूर्याग्नि नामक अग्नि जो कि सूर्य मण्डल की आकृति का है, हजारों अत्यन्त तेजस्वी किरणों से युक्त व्यापक रूप होकर सिर में स्थित रहता है जैसे कि प्रसिद्ध है 'तुरीयं मूर्ध्नि संस्थितम्' । क्योंकि यह जीवात्मा सर्वज्ञ ईश्वर रूप में दीखता है, इसी कारण यह एक दर्शनाग्नि कहलाता है जो कि बीज, विराड् आदि चार आकृति वाला आहवनीय होकर ( होम का आधार स्थल बनकर ) मुख में रहता है । ( स्थूल शरीर का दाह करने वाली ) शरीर अग्नि (हिरण्यगर्भ) स्थूल शरीराश्रित जरादि ( वृद्धावस्था ) द्वारा क्षीण किया जाता है स्थूल प्रपञ्च रूप हवि को प्रसित करता है जो कि अर्धचन्द्र की आकृति वाला दक्षिणाग्नि होकर सब प्राणियों के हृदय में स्थिर रहता है । 'अहं वैश्वानरो भूत्वा प्राणिनां देहमाश्रितः प्राणायाम समायुक्तः पंचाभ्यन्तं चतुर्विधम्' इस रूप में सिद्ध 'कोष्ठाग्नि' है जो कि खाई, पी हूई, चाटी तथा आस्वादित वस्तु को भली भाँति पकाकर गार्हपत्य रूप में नाभि स्थल में रहता है ॥ १९ ॥ प्रायः चित्तोपाधि स्वरूप विराड् आदि के नीचे प्रतिष्ठित वक्र, तीन (पराग वृत्तियाँ) जाग्रत् स्वप्न सुषुप्ति इन तीन अवस्था के प्रकाशक हिमांशु अर्थात् चिद्रूप चन्द्र सभी प्रकार प्रभु हैं । [समर्थ] है सब कुछ प्रकाशित कर देने वाला है ॥ २० ॥

अस्य शारीरयज्ञस्य यूपरक्षणाऽशोभितस्य को यजमानः का पत्नी के ऋत्विजः के सदस्याः कानि यज्ञपान्त्राणि कानि हवीषि का वेदिः काऽन्तर्वेदिः को द्रोणफलशः को रथः कः पशुः कोऽध्वर्युः को होता को ब्राह्मणाच्छंसी कः प्रति-

प्रस्थाता कः प्रस्तोता को मैत्रावरुणः क उद्गाता का धारा कः पोता के दर्भाः कः स्रुवः काऽऽज्यस्थाली कावाधारौ कावाज्य- भागौ के प्रयाजाः के अनुयाजाः केडा कः सूक्तवाकः कः शंयोर्वाकः के पत्नीसंयाजाः को यूपः का रक्षना का इष्टयः का दक्षिणा किमवभृथमिति ॥२१॥ अस्य शारीरयज्ञस्य यूपरक्षना- ऽशोभितस्यात्मा यजमानः बुद्धिः पत्नी वेदा महृत्त्वजः अहंकारोऽध्वयुः चित्तं होता प्राणो ब्राह्मणाच्छंसी अपानः पतिप्रस्थाता व्यानः प्रस्तोता उदान उद्गाता समानो मैत्रा- वरुणः शरीरं वेदिः नासिकाऽन्तर्वेदिः मूर्धा द्रोणकलशः पादो रथः दक्षिणहस्तः स्रुवः सव्य आज्यस्थाली श्रोत्रे आघारौ त्रक्षुषी आज्यभागौ ग्रीवा धारा पोता तन्मात्राणि सदस्याः महाभूतानि प्रयाजाः गुणा अनुयाजाः जिह्वोडा दन्तोष्ठौ सूक्त- वाकः तालुः शंयोर्वाकः स्मृतिदया क्षान्तिरहिंसा पत्नीसंयाजाः ओंकारो यूपः आशा रक्षना मनो रथः कामः पशुः केशा दर्भाः इन्द्रियाणि यज्ञपात्राणि कर्मेन्द्रियाणि हवींषि अहिंसा इष्टयः त्यागो दक्षिणा अवभृथं मरणात् सर्वाण्यस्मिन् देवता शरीरे- ऽधिसमाहिताः ॥२२॥

वाराणस्यां मृतो वाऽपि इदं वा ब्राह्मणः पठेत् ।

एकेन जन्मना जन्तुर्मोक्षं च प्राप्नुयादित्युपनिषत् ॥२३॥

इस शरीर यज्ञ का, जो कि खम्भे तथा रक्षनाहीन है, कौन यजमान है ? तथा पत्नी, ऋत्विज, सदस्य कौन है ? यज्ञ-पात्र हवि, वेदि अन्तर्वेदिका ( छोटी ) द्रोण कलश, रथ, पशु ( बलिपशु ) अध्वयुः, होता, ब्राह्मणच्छंसी, प्रतिस्थाता, प्रस्तोता, मैत्रावरुण उद्गाता, धारा, पवन करने वाला, दर्भ ( कुश ) स्रुवा, आज्यस्थाली ( घृतपात्र ) आघार, आज्यभाग, प्रयाज, अनुयाज, इडा, सूक्तवाक् शंयोर्वाक्, पत्नीसंयाज, यूप, ( खम्भा ), रक्षना इष्ट दक्षिणा एवं यज्ञ के

बन्त में किये जाने वाला अवभृथ ( एक स्नान विधेय ) कौन कौन हैं ? अर्थात् जैसे यज्ञ में उपर्युक्त सभी वस्तुयें अपेक्षित हैं वैसे ही इस शरीर यज्ञ के लिये भी ये अवश्य अपेक्षित हैं, फिर ये कहाँ हैं तथा कौन हैं ? ॥ २१ ॥ इस शरीर यज्ञ का आत्मा यज्ञमान है, बुद्धि पत्नी है, वेद ही महा ऋत्विज है, अहङ्कार तत्त्व ही अध्वर्यु है, चित्त ही होता है, प्राण ब्राह्मणच्छसी है, अपान प्रतिप्रस्थाता है, व्यान प्रस्तोता, उदान उद्गता, समान, मैत्रावरुण, शरीर वेदि, नाक, अन्त, बेदी, सिर घ्राण कलश, पैर, रथ, दाहिना हाथ लूवा, बाँया हाथ घृतपात्र, कान आधार (प्रणिषा प्रोक्षणीपात्र) आँख आज्यभाग, गर्दन धारा, तन्मात्राएँ [ पाँच ] पोता, पञ्चमहाभूत सदस्य, गुण प्रयाज अनूयाज, जीम इडा, दांत ओष्ठ सूक्तवाक, तालु शंयोर्वाक, स्मृति दया शान्ति अहिंसा, पत्नी संयाज, ॐकार खम्भा, आशा रक्षणा, मन रथ, काम ही पशु, काल ही कुशार्थे इन्द्रियाँ यज्ञपात्र, कर्मेन्द्रियाँ हवि, अहिंसा इष्टकार्य, त्याग ही दक्षिण मृत्यु ही अवभृथ स्नान है । अर्थात् उपर्युक्त वस्तुओं में तत्तद् वस्तु की स्थिति समझ उन्हें के अनुसार क्रियायें भी समझनी चाहिये । सभी यह यज्ञ पूरा फलदायक होता है [ मोक्ष की प्राप्ति का साधन होता है ] तथा सभी देवता इस शरीर में समाहित होते हैं ॥ २२ ॥ यदि किसी का शरीर काशी में छूटे अथवा यदि कोई ब्राह्मण इसे पड़े तो एक ही जन्म से चित्त शुद्धि करने वाले ज्ञान तथा मोक्ष को प्राप्त करले ॥ २३ ॥

॥ प्राणाग्निहोत्रोपनिषद् समाप्त ॥

# योगकुण्डल्युपनिषत्

ॐ सह नाववतु । सह नौ मुनवतु । सह वीर्यं करवावहै ।  
तेजस्वि नावधीतमस्तु मा विद्विषामहै । ॐ शान्तिः शान्तिः  
शान्तिः ।

ब्रह्म हम दोनों की रक्षा करे, वह हम दोनों का पालन करे,  
हम दोनों एक साथ सामर्थ्य को प्राप्त हों, हमारा अध्ययन तेजस्वी हो  
हम परस्पर द्वेष न करे । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

## प्रथमोऽध्यायः

हेतद्वयं हि चित्तस्य वासना च समीरणः ।  
तयोविनष्ट एकस्मिस्तद्द्वावपि चिन्मयतः ॥१  
तयोरादौ समीरस्य जयं कुर्यान्नरः सदा ।  
मिताहारश्चसनं च शक्तिचालस्तृतीयकः ॥२  
एतेषां लक्षणं वक्ष्ये शृणु गौतम सादरम् ।  
सुस्निग्धमधुराहारश्चतुर्था शावशेषकः ॥३  
भुज्यते शिवसंप्रोत्यै मिताहारः स उच्यते ।  
आसनं द्विविधं प्रोक्तं पदं वज्रासनं तथा ॥४  
ऊर्वोरारि चेद्धत्ते उभे पादतले यथा ।  
पद्मासनं भवेदेतत्सर्वपापप्रणशनम् ॥५

हरि ॐ । चित्त की अस्थिरता के दो कारण होते हैं, एक  
वासना, दूसरा स्वास ( प्राण ) इनमें से एक के नष्ट हो जाने पर

दूसरा भी नष्ट हो जाता है ॥ १ ॥ इसलिये साधक को पहले प्राण को जय करना चाहिये और इसके लिये मिताहार, आसन और शक्ति-चालन को करना चाहिये ॥ २ ॥ हे गौतम ! अब मैं तुझको इनके लक्षण बताता हूँ, उन्हें तू ध्यानपूर्वक सुन । सर्व प्रथम स्निग्ध और मधुर आधार करना चाहिये तथा पेट के एक चौथाई भाग को खाली छोड़ देना चाहिये ॥ ३ ॥ इस प्रकार का भोजन भगवान के उद्देश्य से किया जाय, यही मिताहार है । आसनों में दो प्रकार के मुख्य हैं—पद्मासन और वज्रासन ॥ ४ ॥ दोनों जांघों पर एक दूसरे पैर के तलवों को सीधा रखने से पद्मासन होता है, जो सब पापों का नाश करने वाला है ॥ ५ ॥

वामाङ्घ्रिभूलं कन्दाघः अन्त्यं तदुपरि क्षिपेत् ।  
 समग्रीवशिरःकायो वज्रासमनमितिम् ॥६  
 कुण्डल्येव भवेच्छक्तिस्तां तु संचालयेद्बुधः ।  
 स्वस्थानादाभ्रुवोर्मध्यं शक्तिचालनमुच्यते ॥७  
 तत्साधने द्वयं मुख्यं सरस्वत्यास्तु चालनम् ।  
 प्राणरोधमघाम्यासादृज्वी कुण्डलिनी भवेत् ॥८  
 तयोरादौ सरस्वत्याश्चालनं कथयामि ते ।  
 अरुन्धत्यैव कथिता पुराविद्धिः सरस्वती ॥९  
 यस्याः संचालने नैव स्वयं चलति कुण्डली ।  
 इडायां वहति प्राणो बद्ध्वा पद्मासनं दृढम् ॥१०

बाँये पैर की एड़ी को योनि स्थान में रखे और दाहिने की एड़ी उसके ऊपर रखे, गर्दन तथा शिर को समान और सीधा रखे तो यह वज्रासन होता है ॥ ६ ॥ कुण्डली ही मुख्य शक्ति है, ज्ञानी साधक उसको चालन करके दोनों भीहों के मध्य में ले जाता है तो वही

शक्तिचालन है ॥ ७ ॥ कुण्डलिनी को चलाने के दो मुख्य साधन हैं, सरस्वती का चालन और प्राण निरोध, अम्यास द्वारा लिपटी हुई कुण्डलिनी सीधी हो जाती है ॥ ८ ॥ पहले तुझको सरस्वती के चालन के विषय में समझाता हूँ, प्राचीनता वाले सरस्वती को अरुन्धती कहते हैं । इस सरस्वती नाड़ी का चालन करने से कुण्डलिनी अपने आप चलने लगती है । इसके लिए जब द्वांस इड़ा [ बाँधी ] नाड़ी से बहती हो तो पद्मासन लगाकर बैठे ॥९-१०॥

द्वादशांगुलदैर्घ्यं च अम्बरं चतुरङ्गुलम् ।

त्रिस्तीर्य तेन तन्नाडीं वेष्टयित्वा ततः सुधीः ॥११॥

अंगुष्ठतर्जनीभ्यां तु हस्ताभ्यां धारयेद्दृढम् ।

स्वशक्त्या चालयेद्दामे दक्षिणेन पुनः पुनः ॥१२॥

मुहुर्तद्वयपर्यन्तं निर्भयाच्चालयेत्सुधीः ।

उर्ध्वमाकर्षयेत्किञ्चित्सुषुम्नां कुण्डलीगता ॥१३॥

तेन कुण्डलिनी तस्याः सुषुम्नाया मुखं व्रजेत् ।

जहाति तस्मात्प्राणोऽयं सुषुम्नां व्रजति स्वतः ॥१४॥

तुन्दे तु ताणं कुर्याच्च कण्ठसंकोचने कृते ।

सरस्वत्याश्चालनेन वक्षः स्यादूर्ध्वगो मस्तु ॥१५॥

तब बारह अंगुल लम्बे ओर चार अंगुल चौड़े आकाश के टुकड़े से ( कल्पित करके ) कुण्डलिनी को लपेटे ॥ ११ ॥ तब बाँधी और दाहिनी नासिका को अंगूठे और तर्जनी से दृढ़तापूर्वक पकड़े और पहले दाहिनी से और फिर बाँधी नासिका से बार बार रेचक और पूरक करे । साथ ही उसको मानसिक भावना द्वारा बाँधी और बाँधी ओर बार-बार चालन करता रहे ॥ १२ ॥ इस प्रकार दो मुहुर्त तक सरस्वती का चालन करता रहे । इसके पश्चात् सुषुम्ना नाड़ी को



जो कुण्डलिनी के समीप ही रहती है किंचित ऊपर की तरफ खींचे ॥ १३ ॥ इस विधि से अभ्यास करने पर कुण्डलिनी सुषुम्ना के मुख में चढ़ने लगती है और प्राण भी स्वयं ही उस स्थान को छोड़कर सुषुम्ना में चलने लगता है ॥ १४ ॥ पेट को ऊपर की तरफ खींच कर तथा कण्ठ को संकोचन कर सरस्वती को चलाने से वायु वक्षस्थल से ऊपर चला जाता है ॥ १५ ॥

सूर्येण रेचयेद्वायुं सरस्वत्यास्तु चालने ।  
 कण्ठसंकोचनं कृत्वा वक्षः स्यादूर्ध्वगो मस्तु ॥१६॥  
 तस्मात्संचालयेन्नित्यं शब्दगर्भा सरस्वतीम् ।  
 यस्याः संचालनेनैव योगी रोगैः प्रमुच्यते ॥१७॥  
 गुल्मं जलोदरप्लीहो ये चान्ये तुन्दमध्यगाः ।  
 सर्वे ते शक्तिचालेन रोगा नश्यन्ति निश्चयम् ॥१८॥  
 प्राणरोधमध्येदानीं प्रवक्ष्यामि समासतः ।  
 प्राणश्च देहगो वायुरायामः कुम्भकः स्मृतः ॥१९॥  
 स एव द्विविधः प्रोक्तः सहितः केवलस्तथा ।  
 यावत्केवलसिद्धिः स्यात्तावत्सहितमभ्यसेत् ॥२०॥

जब सरस्वती का चालन किया जाय तो सूर्य नाड़ी ( दाहिनी ) से वायु का रेचक करे, कण्ठ से संकोचन कर ले तो वायु वक्षस्थल से ऊपर चला जाता है ॥ १६ ॥ इस प्रकार शब्दगर्भा सरस्वती का लगातार चालन करते रहना चाहिये । इसके चालन से योगी सब प्रकार के रोगों से छूट जाता है ॥ १७ ॥ गुल्म, जलोदर, प्लीहा तथा पेट सम्बन्धी अन्य रोग शक्तिचालन से निश्चयपूर्वक नष्ट हो जाते हैं ॥ १८ ॥ आगे प्राण निरोध ( प्राणायाम ) को बतलाते हैं । देह में चलने वाले वायु को प्राण कहते हैं और जब वह स्थिर हो जाता है तब वह कुम्भक कहा जाता है ॥ १९ ॥ यह कुम्भक दो प्रकार का

वतलाया गया है—सहित और केवल । जब तक केवल कुम्भक सिद्ध न हो तब तक सहित-कुम्भक का अभ्यास करना चाहिये ॥ २० ॥

सूर्योज्जायी शीतली च भस्त्री चैव चतुर्थिका ।  
 भेदैरेव समं कुम्भो यः स्यात्सहितकुम्भकः ॥२१॥  
 पवित्रे निर्जने देशे शर्करादिविर्वाजिते ।  
 धनुःप्रमाणपर्यन्ते शीताग्निजलवर्जिते ॥२२॥  
 पवित्रे नात्युच्चनीचे ह्यासने सुखदे सुखे ।  
 बद्धपद्मासन कृत्वा सरस्वत्यास्तु चालनम् ॥२३॥  
 दक्षनाड्या समाकृष्य वह्निष्ठं पवनं शनैः ।  
 यथेष्टं पूरयेद्वायुं रेचयेदिडया ततः ॥२४॥  
 कपालशोधने वार्ष्णि रेचयेत्पवनं शनैः ।  
 चतुष्कं वातदोषं तु कृमिदोषं निहन्ति च ॥२५॥

सूर्यभेदी, शीतली और भस्त्रिका इन चार प्रकार के प्राणायामों के साथ सहित कुम्भक किया जाता है ॥ २१ ॥ एकान्त और पवित्र स्थान में जहाँ कंकड़-पत्थर आदि न हों और पास में ही घास, अग्नि, जल आदि न हों, वहाँ न अधिक ऊँचा न अधिक नीचा ऐसे पवित्र सुखदायक आसन पर बद्ध-पद्मासन लगाकर बैठे और सरस्वती का चालन करे ॥ २२-२३ ॥ बाहिनी नासिका से बाहर की वायु को धीरे-धीरे खींचे और पर्याप्त परिमाण में वायु के भीतर जाने पर बायी नासिका से रेचन करे ॥ २४ ॥ कपाल शोधन की क्रिया में भी वायु को धीरे-धीरे बाहर निकाले । इससे चारों प्रकार के वातदोष और कृमिदोष नष्ट हो जाते हैं ॥२५॥

पुनः पुनरिदं कार्यं सूर्यभेदमुहाहृतम् ।  
 मुखं संयम्य नाडीभ्यामाकृष्य पवनं शनैः ॥२६॥

यथा लगति कण्ठात् हृदयावधि सस्वनम् ।  
 पूर्ववत्कुम्भयेत्प्राणं रेचयेदिड्या ततः ॥२७  
 शीर्षोदिता नलहरं गलश्लेष्महरं परम् ।  
 सर्वरोगहरं पुण्यं देहानलविवर्धनम् ॥२८  
 नाडीजलोदरं धातुगतदोषविनाशनम् ।  
 गच्छतस्तिष्ठतः कार्यमुज्जय्याख्यं तु कुम्भकम् ॥२९  
 जिह्वा वायुमाकुष्य पूर्ववत्कुम्भकादनु ।  
 शनैस्तु घ्राणरन्ध्राभ्यां रेचयेदनिलं सुधीः ॥३०  
 गुल्मप्लीहादिका दोषाः क्षयं पित्तं ज्वरं तृषाम् ।  
 विपाणि शीतली नाम कुम्भकोऽयं निहन्ति च ॥३१

इस क्रिया को सूर्य भेदन कहते हैं, इसका अभ्यास बार-बार करते रहना चाहिये । अब उज्जायी को बतलाते हैं कि मुख बन्द करके दोनों नासिकाओं से वायु को धीरे से खींचे जिससे वह शब्द करती हुई कण्ठ से लेकर हृदय तक भर जाय । तब पूर्ववत् कुम्भक करके बायीं नासिका से रेचक करे, इससे मस्तक की उष्णता, गले का कफ और अन्य अनेक रोग दूर हो जाते हैं और देह की अग्नि की वृद्धि होती है । इससे नाड़ी सम्बन्धी जलोदर और धातु सम्बन्धी रोग भी दूर हो जाते हैं । इस उज्जायी कुम्भक को चलते-फिरते, स्थिर रहते सदैव करते रहना चाहिये ॥ ३६--२९ ॥ शीतली नामक प्राणायाम करते समय वायु को जिह्वा द्वारा खींचकर पूर्ववत् कुम्भक किया जाता है फिर नासिका के छिद्रों से वायु को शनैः निकाल दिया जाता है । इससे गुल्म, प्लीहा, पित्त ज्वर, तृषा आदि दूर होते हैं ॥ ३०--३१ ॥

ततः पद्मासनं बद्ध्वा समग्रीवोदरः सुधीः ।  
 मुखं संयम्य यत्नेन प्राणं घ्राणेन रेचयेत् ॥३२

यथा लगति कण्ठात् कपाले सस्वनं ततः ।  
 वेगेन पूरयेत् किञ्चिद्दृत्पद्मावधि मास्तम् ॥ ३३  
 पुनर्विरेचयेत्तद्वत्पूरयेच्च पुनः पुनः ।  
 यथैव लोहकाराणां भस्त्रावेगेन चाल्यते ॥ ३४  
 तथैव स्वशरीरस्थं चालयेत्पवनं शनैः ।  
 यथा श्रमो भवेद्देहे तथा सूर्येण रेचयेत् ॥ ३५  
 यथोदरं भवेत्पूर्णपवनेन तथा लघु ।  
 धारयन्नासिकामध्यं तजनीभ्यां बिना दृढम् ॥ ३६  
 कुम्भक पूर्ववत्कृत्वा रेचयेदिडयाऽनिलम् ।  
 कण्ठोत्थितानलहरं शरीराग्निविवर्धनम् ॥ ३७  
 कुण्डलीबोधकं पुण्यं पापघ्नं शुभदं सुखम् ।  
 ब्रह्मनाडीमुखान्तस्थक फाद्यर्गलनाशनम् ॥ ३८  
 गुणत्रयसमुद्भू तग्रन्थित्रयविभेदकम् ।  
 विशेषेणैव कर्तव्यं भस्त्राख्यकुम्भक त्विदम् ॥ ३९

अब भस्त्रिका प्राणायाम की बतलाते हैं कि पद्मासन लगाकर गर्दन और देह को सीधा रखते हुए, मुख को बन्द करके वायु को सावधानी पूर्वक नासिका से रेचन करे। फिर वायु को वेगपूर्वक शब्द करते हुए ऐसे खींचे कि कण्ठ, तालु, कपाल तथा हृदय को उसका स्पर्श जान पड़े। फिर उसे बाहर निकालकर पुनः पूरक करे, इस प्रकार वायु को बार-बार वेग पूर्वक इस प्रकार खींचे और भरे जैसे लुहार की भांती चलती है। इसी विधि से शरीर स्थित वायु को संभालकर चलावे। जब श्रम जान पड़े तब सूर्य नाड़ी से पूरक करे और तर्जनी के अतिरिक्त चारों ओर अँगुलियों से नासिका को मध्य से दृढ़तापूर्वक पकड़ कर कुम्भक करे तथा फिर बांयी नाक से रेचन करदे यह अभ्यास कण्ठ की जलन को मिटाता है और शरीर की अग्नि को बढ़ाता है, कुण्डली को जगाता है, पुण्यकारी, पाप नाशक

घुम और सुखदायक है। ब्रह्मनाडी (सुषुम्ना) के मुख पर जो कफ आदि रहता है उसको नष्ट करने वाला है। यह सत् आदि तीनों गुणों से उत्पन्न तीनों ग्रन्थियों का नेदन करने वाला है। इसीलिये इस अस्त्रिका नामक प्राणायाम का विशेष रूप से अभ्यास करना चाहिये ॥३२—३३॥

चतुर्णामपि भेदानां कुम्भके समुपस्थिते ।  
 वन्धत्रयमिदं कार्यं योगिभिर्वीतकलमयैः ॥४०॥  
 प्रथमो मूलबन्धस्तु द्वितीयोऽङ्गीयणाभिधः ।  
 जालबन्धस्तृतीयस्तु तेषां लक्षणमुच्यते ॥४१॥  
 अवोपगतिमपानं वै ऊर्ध्वगं कुरुते बलात् ।  
 आकुञ्चनेन तं प्राहुर्मूलबन्धोऽयमुच्यते ॥४२॥  
 अपाने चोर्ध्वगे याते संप्राप्ते वह्निमण्डले ।  
 ततोऽनलशिखा दीर्घा वर्धते वायुना हृत्ता ॥४३॥  
 ततो यातो बह्मचपानो प्राणमुष्णस्वरूपकम् ।  
 तेनात्यन्तप्रदीप्तेन ज्वलनो देहजस्तथा ॥४४॥  
 तेन कुण्डलिनी सुप्ता संतप्ता संप्रवृण्यते ।  
 दण्डाहतभुजङ्गीव निश्चस्य श्रुतां व्रजेत् ॥४५॥

इस प्रकार इन चारों प्रकार के प्राणायामों को रोकने के साथ-साथ योगी को तीन 'बन्ध' भी करने चाहिए। इनमें से पहला मूलबन्ध, दूसरा अङ्गीयणा और तीसरा जालबन्ध कहा जाता है ॥४०—४१॥ अवोपगति वाले अपान को अक्षिपूर्वक गुदा के आकुञ्चन द्वारा ऊपर ले जाने से मूलबन्ध होता है। अपान ऊपर जाकर वह्निमण्डल से मिलता है तो उसके प्रभाव से अग्नि की तीव्रता बहुत अधिक हो जाती है। उस ज्वाला से संतप्त होकर सोई हुई कुण्डलिनी जागृत होती है और

दण्डे से मारी जाने वाली सर्पिणी के समान फुत्कार कर सीधी हो जाती है ॥४२—४५॥

विलप्रवेशतो यत्र ब्रह्मानाड्यन्तरं व्रजेत् ।  
तस्मान्नित्यं मूलबन्धः कर्तव्यो योगिभिः सदा ॥४६॥  
कुम्भकान्ते रेचकादौ कर्तव्यस्तूडिडयाणकः ।  
बन्धो येन सुषुम्नायां प्राणस्तूडिडयते यतः ॥४७॥  
तस्मादुडिडयणाख्योऽयं योगिभिः समुदाहृतः ।  
सति वज्रासने पादौ कराभ्यां धारयेद्दृढम् ॥४८॥  
गुल्फदेशसमीपे च कन्दं तत्र प्रपीडयेत् ।  
पश्चिमं ताणमुदरे धारयेद्वा दये गले ॥४९॥  
शनैः शनैर्यदा प्राणस्तुन्दसंघिं निगच्छति ।  
तुन्ददोषं विनिर्धूय कर्तव्यं सततं शनैः ॥५०॥

तब वह बिल में प्रवेश करने के समान सुषुम्ना के भीतर जाती है । इस कारण योगियों को मूलबन्ध का अभ्यास सदैव करना चाहिये ॥ ४६ ॥ कुम्भक के पश्चात् रेचक करने के पूर्व उडिडयानबन्ध करना चाहिए, जिससे प्राण वायु सुषुम्ना के भीतर उड़ती है । इसलिए योगीजन इसको उडिडयाण कहते हैं । इसके लिये वज्रासन लगाकर पैरों को हाथों से दृढ़तापूर्वक पकड़े । जहाँ गुल्फ (टखना) रखा जाता है वहाँ कन्द स्थानों की दबावे, पेट की ऊपर की तरफ खींचे और हृदय तथा गले को भी तनाव देकर खींचे । इस विधि से प्राण क्रमशः पेट की संघियों में प्रवेश करता है और पेट के सब दोषों को दूर करता है । इस कारण यह अभ्यास सदैव करते रहना चाहिये ॥४७—५०॥

पूरकान्ते तु कर्तव्यो बन्धो जालन्धराभिघः ।  
कण्ठसंकोचरूपोऽसौ वायुमार्गनिरोधकः ॥५१॥  
अधस्तात्कुञ्चनेनाशु कण्ठसंकोचने कृते ।

मध्ये पश्चिमताणेन स्यात्प्राणो ब्रह्मनाडिगः ॥५२॥

पूर्वोक्तेन क्रमेणैव सम्यगासनमास्थितः ।

चालनं तु सरस्वत्याः कृत्वा प्राणं निरोधयेत् ॥५३॥

प्रथमे दिवसे कार्यं कुम्भकानां चतुष्टयम् ।

प्रत्येकं दशसंख्याकं द्वितीये पञ्चभिस्तथा ॥५४॥

विंशत्यलं तृतीयेऽह्नि पञ्चवृद्ध्या दिने दिने ।

कर्तव्यः कुम्भको नित्यं बन्धत्रयसमन्वितः ॥५५॥

जालन्धरबन्ध में कंठ का संकोचन वायु को रोकने के निमित्त किया जाता है, वह बंध पूरक के अन्त में करना होता है ॥ ५१ ॥ अर्धभाग में मूलबन्ध द्वारा गुदा का आकुंचन करे और ऊपर से जालंधर बन्ध द्वारा कण्ठ का संकोचन करे और मध्य में पश्चिमतान(उड्डियान) से प्राण को धींचे । इस प्रकार सब तरफ से रोका जाकर प्राण ब्रह्मनाड़ी (सुषुम्ना) में चढ़ता है ॥ ५२ ॥ जैसे पहले बतलाया गया है सम्यक प्रकार से आसन पर बैठकर सरस्वती का चालन करके प्राण का निरोध करना चाहिये ॥ ५३ ॥ प्रथम दिन चारों कुम्भकों को दस-दस बार करना चाहिए और दूसरे दिन पन्द्रह-पन्द्रह बार करना चाहिये । तीसरे दिन बीस-बीस करना चाहिये, इसी प्रकार प्रतिदिन पाँच-पाँच बढ़ाता जाय । इन कुम्भकों का अभ्यास प्रतिदिन तीन बन्ध सहित करना चाहिये ॥५४-५५॥

दिवा सुप्तिर्निशयां तु जागरादतिमैथुनात् ।

बहुसंक्रमणं नित्यं रोघान्मूत्रपुरीषयोः ॥५६॥

विषमासनदौषाश्च प्रयासप्राणचिन्तनात् ।

शीघ्रमुत्पद्यते रोगः स्तम्भयेद्यदि संयमी ॥५७॥

योगाभ्यासेन मे रोग उत्पन्न इति कथ्यते ।

ततोऽभ्यासं त्यजेदेवं प्रथमं विघ्नमुच्यते ॥५८॥

द्वितीयं संशयाख्यं च तृतीयं च प्रमत्तता ।  
 आलस्याख्यं चतुर्थं च निद्रारूपं तु पञ्चमम् ॥५६  
 षष्ठं तु विरतिभ्रान्तिः सप्तमं परिकीर्तितम् ।  
 विषयं चाष्टमं चैव अनाख्यं नवमं स्मृतम् ॥६०  
 अलब्धिर्योगतत्त्वस्य दशमं प्रोच्यते बुधैः ।  
 इत्येतद्विघ्नदशकं विचारेण त्यजेद्बुधः ॥६१

दिन का सोना, रात का जगना, अति मैथुन, ज्यादा चलना, मलमूत्र का सदैव रोकना, आसन की विषमता, हठपूर्वक प्राण का अभ्यास आदि दोषों से शीघ्र ही रोगों का आक्रमण होता है ॥ ५६ ॥ यदि कोई कहे कि मुझे योगाभ्यास ही से रोग हुआ, तो उसे समझ लेना चाहिए कि योगाभ्यास का त्याग ही सबसे पहला विघ्न है, दूसरा विघ्न संशय करते रहना, तीसरा प्रमत्तता, चौथा आलस्य, पाँचवाँ अधिक निद्रा, छठा प्रेम न रहना, सातवाँ भ्रान्ति, आठवाँ विषमता, नवाँ अनाख्य और दसवाँ योगतत्त्व की अप्राप्ति है । बुद्धिमान साधक इन सबको विचार कर इनका त्याग कर दे ॥ ५७-६१ ॥

प्राणाभ्यासस्ततः कार्यो नित्यं सत्त्वास्थया धिया ।  
 सुषुम्ना लीयते चित्तं न च वायुः प्रघावति ॥६२  
 शुष्के मले तु योगी च स्याद्वनतिश्चालिता ततः ।  
 अधोगतिमपानं वै ऊर्ध्वगं कुरुते बलात् ॥६३  
 आकुञ्चनेन तं प्राहूमूलबन्धोऽयमुच्यते ।  
 अपानश्चोर्ध्वगो भूत्वा वह्निना सह गच्छति ॥६४  
 प्राणस्थानं ततो वह्निः प्राणापानौ च सत्त्वरम् ।  
 मिलित्वा कुण्डलीं यति प्रसुप्ता कुण्डलाकृतिः ॥६५  
 तेनाग्निना च संतप्ता पवनेनैव चालिता ।  
 प्रसार्य स्वशरीरं तु सुषुम्नाबदनान्तरे ॥६६



इस प्रकार प्राणायाम का अभ्यास नियमित रूप से सत्त्वमयी बुद्धि से करना चाहिए। इसके फलस्वरूप चित्त सुषुम्ना में संलग्न रहता है और उसमें प्राणवायु दीड़ता है ॥ ६२ ॥ जब मूलशोधन हो जाय और प्राण चलने लगे तब प्रयत्नपूर्वक अपान की ऊर्ध्वगति करनी चाहिए ॥ ६३ ॥ इसके लिए जो गुदा का आकुंचन किया जाता है, उसे मूलबन्ध कहते हैं। यह अपान ऊपर आकर अग्नि के साथ संयुक्त होता है और ऊपर चढ़ता है ॥ ६४ ॥ जब यह अग्नि प्राण स्थान में पहुँच प्राणवायु से मिलता है और वे सोती हुई कुण्डलिनी को प्राप्त होते हैं तो उसकी उष्णता से तप्त होकर तथा वायु से चलित होकर कुण्डलिनी सीधी हो जाती है और सुषुम्ना के मुख में प्रवेश करती है ॥ ६५-६६ ॥

ब्रह्मग्रन्थि ततो भित्त्वा रजोगुणसमुद्भवम् ।  
 सुषुम्ना वदने शीघ्रं विद्युल्लेखेव संस्फुरेत् ॥ ६७ ॥  
 विष्णुग्रन्थि प्रयात्युच्चैः सत्वरं हृदि संस्थिता ।  
 ऊर्ध्वं गच्छति यच्चास्ते रुद्रग्रन्थि तद्बुद्धभवम् ॥ ६८ ॥  
 भ्रुवोर्मध्यं तु संभिद्य याति शीतांशुमण्डलम् ।  
 अनाहताख्यं यच्चक्रं दलैः षोडशभिर्युतम् ॥ ६९ ॥  
 तत्र शीतांशुसंजातं द्रवं शोषयति स्वयम् ।  
 चलिते प्राणवेगेन रक्तं पित्तं रविर्गहात् ॥ ७० ॥

रजोगुण से उत्पन्न ब्रह्मग्रन्थि को भेदकर यह कुण्डलिनी शक्ति सुषुम्ना के भीतर विजली की रेखा की तरह चढ़ती है ॥ ६७ ॥ शीघ्र ही यह हृदय स्थिति विष्णु-ग्रन्थि को प्राप्त होती हुई और भी ऊपर (आजा चक्र) जाती है और वहाँ रुद्र-ग्रन्थि को प्राप्त होती है ॥ ६८ ॥ वहाँ से यह भौहों के मध्य स्थान को भेदती हुई चन्द्रमा के स्थान में पहुँचती है, जहाँ सोलह पंचुरियों वाला अनाहत चक्र स्थित है ॥ ६९ ॥

यहाँ यज्ञ चन्द्रमा से उत्पन्न द्रव को सोख लेती है तथा प्राणवायु के वेग से रक्त और पित्त को सूर्य ग्रहण कर लेता है ॥ ७० ॥

यातेन्दुचक्रं यत्रास्ते शुद्धश्लेष्मद्रवात्मकम् ।  
तत्र सिक्तं ग्रसत्युष्णं कथं शीतस्वभावकम् ॥७१॥  
तथैव रभसा शुक्लं चन्द्ररूपं हि तप्यते ।  
ऊर्ध्वं प्रहवति क्षुब्धा तदेव स्रवतेतराम् ॥७२॥  
तस्यास्वादवशाच्चित्तं बहिष्टं बिषमेषु यत् ।  
तदेव परमं भुक्त्वा स्वस्थस्यात्सरतो युवा ॥७३॥  
प्रकृत्यष्टकरूपं च स्थानं गच्छति कुण्डली ।  
क्रोडीकृत्य शिवं याति क्रोडीकृत्य विलीयते ॥७४॥  
इत्यधोऽर्ध्वरजः शुक्ले शिवे तदनु मासतः ।  
प्राणापानौ समौ याति सह जातौ तथैव च ॥७५॥

यह चन्द्र मंडल में जाकर वहाँ के द्रव पदार्थ को शोषण कर लेती है और उसे उष्ण कर देती है । तब वहाँ शीतलता कैसे रह सकती है ? ॥ ७१ ॥ यह चन्द्रमा के शुक्ल रूप को तप्त कर देती है और क्षुब्ध होती हुई ऊपर चढ़ती है ॥ ७२ ॥ इसके प्रभाव से जो चित्त पहले बाहरी पदार्थों में संलग्न रहता था, वह परमार्थ में लग कर आत्मानन्द का उपभोग करने लगता है ॥ ७३ ॥ इस प्रकार कुण्डलिनी अष्टधा प्रकृति को प्राप्त होकर शिव के साथ मिलती है और उसी के साथ लय को प्राप्त हो जाती है ॥ ७४ ॥ इससे अधोभाग का रज और ऊपर का शुक्ल मिलकर शिव में लीन हो जाते हैं, तथा प्राण और अपान भी उन्हीं में लीन हो जाते हैं, क्योंकि वे समान रूप से उत्पन्न होते हैं ॥ ७५ ॥

भूतेऽल्पे च मनोल्पे वा वाचके त्वतिवर्धते ।

धावयत्यखिला वाता अग्निभूषाहिरण्यवत् ॥७६॥

आधिभौतिकदेहं तु अधिदैविकविग्रहे ।  
 देहोऽतिविमलं याति चातिवाहिकतामियात् ॥७७  
 जाड्यभावविनिर्मुक्तममलं चिन्मयात्मकम् ।  
 तस्यातिवाहिकं मुख्यं सर्वेषां तु मदात्मकम् ॥७८  
 जायाभावविनिर्मुक्तिः कालरूपस्य विभ्रमः ।  
 इति तं स्वस्वरूपा हि मती रज्जुभुजङ्गवत् ॥७९  
 मृषैवोदेति सकलं मृषैव प्रविलीयते ।  
 रौप्यबुद्धिः शुक्तिकायां स्त्रीपुंसोर्भ्रमतो यथा ॥८०

भौतिक देह चाहे छोटा हो या बड़ा हो जब उष्णता बहुत बढ़ती है तो वह समस्त देह में उसी प्रकार फँल जाती है जैसे गर्मी पाकर सुवर्ण फँल जाता है ॥ ७६ ॥ इसके प्रभाव से आधिभौतिक देह आधिदैविक हो जाता है और शरीर अत्यन्त विमल होकर सूक्ष्म शरीर की तरह हो जाता है ॥ ७७ ॥ वह जड़ता को त्याग कर निर्मल चित्स्वरूप हो जाता है, जब कि अन्य देह जड़तायुक्त ही बने रहते हैं ॥ ७८ ॥ ऐसे साधक का गर्भवास छूट जाता है और काल का भी उस पर बश नहीं चलता । उसको अपने सच्चे स्वरूप का ज्ञान हो जाता है । जिस प्रकार रस्सी में साँप का भ्रम होता है, सीपी में चाँदी का भ्रम होता है, स्त्री में पुरुष का भ्रम होता है, इसी प्रकार वह अपने देह सम्बन्धी भ्रम को समझ जाता है कि यह मिथ्या है ॥ ७९-८० ॥

पिण्डब्रह्माण्डयोरैक्यं लिङ्गसूत्रात्मनोरपि ।  
 स्वापाव्याकृतयोरैक्यं स्वप्रकाशचिदात्मनोः ॥८१  
 शक्तिः कुण्डलिनी नाम विसतन्तुनिभा शुभा ।  
 मूलकन्दं फणाग्रेण दृष्ट्वा कमलकन्दवत् ॥८२  
 मुखेन पुच्छं संगृह्य ब्रह्मरन्ध्रसमन्विता ।  
 पद्मासनगतः स्वस्थो गुदमाकुञ्च्य साधकः ॥८३

वायुमूर्ध्वगतं कुवन् कुम्भकाविष्टमानसः ।  
 धाव्याघातपवशादग्निः स्वाधिष्ठानगतो ज्वलन् ॥८४  
 ज्वलनाघातपवना घातोर्बुद्धितोऽहिराट् ।  
 ब्रह्मग्रन्थि ततो भित्त्वा विष्णुग्रन्थि भिनत्स्यतः ॥८५  
 रुद्रग्रन्थि च भित्त्वैव कमलानि भिनत्ति षट् ।  
 सहस्रकमले शक्तिः शिवेन सह मोदते ॥  
 सैवावस्था परा ज्ञेया सैव निर्वृत्तिकारणा ॥८६  
 इति ॥

इससे पिण्ड और ब्रह्माण्ड की, लिङ्ग-देह और सूत्रात्मा की एकता होकर अपनी आत्मा और स्वयं प्रकाश रूप चैतन्य में एक्य भाव हो जाता है । कुण्डलिनी शक्ति पद्मतन्तु के समान होती है और कमल के कन्द के समान ही मूलकन्द को फणाग्र से देखकर, अपनी पूँछ को मुख में डालकर ब्रह्मरन्ध्र के मुख को ढक कर सोती रहती है । उसके लिए साधक को पद्मासन लगाकर, गुदा का आकुंचन करके कुम्भक द्वारा वायु को ऊपर चढ़ाना चाहिए । वायु के जोर से स्वाधिष्ठान चक्र की अग्नि को प्रज्ज्वलित करे ॥ ८३-८४ ॥ तब अग्नि और पवन दोनों के आघात से सोई हुई कुण्डलिनी जागृत होती है और ब्रह्म-ग्रन्थि, विष्णु-ग्रन्थि तथा रुद्र-ग्रन्थि को तथा षट्चक्र को भेदन करती हुई सहस्र धल कमल में पहुँच जाती है । वहाँ यह शिव से शक्ति रूप में मिलकर आनन्द को प्राप्त होती है । यही श्रेष्ठ और मोक्षदायक अवस्था होती है ॥ ८६ ॥

॥ प्रथम अध्याय समाप्त ॥

### द्वितीयोऽध्यायः

अथाहं संप्रवक्ष्यामि विद्यां खेचरिसंज्ञिकाम् ।  
 यथा विज्ञातवानस्य लोकेऽस्मिन्नजरामरः ॥१

मृत्युव्याधिजराग्रस्तो दृष्ट्वा विद्यामिमां मुने ।

बुद्धिं हृदतरां कृत्वा खेचरीं तु समभ्यसेत् ॥२

जरामृत्यु गदघ्नो यः खेचरीं वेत्ति भूतले ।

ग्रन्थतश्चार्थतश्चैव तदभ्यासप्रयोगतः ॥३

तं मुने सर्वभावेने गुरुं मत्वा समाश्रयेत् ।

दुर्लभा खेचरी विद्या तदभ्यासोऽपि दुर्लभः ॥४

अभ्यासं मेलनं चैव युगपन्नैव सिध्यति ।

अभ्यासमात्रनिरता न विन्दन्ते ह मेलनम् ॥५

अब खेचरी विद्या के सम्बन्ध में बतलाते हैं, जिसके जानने से वृद्धावस्था तथा मृत्यु से छूट जाते हैं ॥ १ ॥ बुढ़ापा, मौत और रोगों में जो मनुष्य ग्रस्त हैं, उनको निश्चयपूर्वक इस विद्या का अभ्यास करना चाहिए और जो महापुरुष ग्रन्थों से, भाव से, अभ्यास से इनका ज्ञान रखता है, उसी को सर्व भाव से गुरु मानकर तथा उसका आश्रय ग्रहण करके इसकी शिक्षा प्राप्त करनी चाहिए क्योंकि यह खेचरी विद्या बड़ी कठिन है और उसका अभ्यास और भी अधिक कठिन है ॥ २-४ ॥ इसका अभ्यास और मेलन ( योग ) दोनों एक साथ करने से अथवा दोनों को अलग-अलग करने से भी सिद्धि प्राप्त कर सकना संभव नहीं होता ॥ ५ ॥

अभ्यासं लभते ब्रह्मन् जन्मजन्मान्तरे क्वचित् ।

मेलनं जन्मनां तत् शतान्तेऽपि न लभ्यते ॥६

अभ्यासं बहुजन्मान्ते कृत्वा तद्भावसाधितम् ।

मेलनं लभते कश्चिद्योगी जन्मान्तरे क्वचित् ॥७

यदा तु मेलनं योगी लभते गुरुवक्त्रतः ।

तदा तत्सिद्धिमाप्नोति यदुक्ता शास्त्रसंततौ ॥८

ग्रन्थतश्चार्थतश्चैव मेलनं लभते यदा ।

तदा शिवत्वमाप्नोति निर्मुक्तः सर्वसंसृतेः ॥८॥  
शास्त्रं विनाऽपि संबोद्धं गुरवोऽपि न शक्नुयुः ।  
तस्मात्सुदुर्लभतरं लभ्यं शास्त्रमिदं मुने ॥१०॥

अभ्यास तो किसी जन्म में मिल भी जाता है । पर मेलन (योग) सैकड़ों जन्म में भी नहीं मिलता ॥ ३ ॥ बहुत से जन्मों तक अभ्यास करने पर किसी जन्म में योगी 'मेलन' को प्राप्त होता है ॥ ७ ॥ जब साधक गुरु के मुख से 'मेलन' का मन्त्र प्राप्त करता है, तो उसे शास्त्रानुकूल सिद्धि की भी प्राप्ति हो जाती है ॥ ८ ॥ जब साधक ग्रन्थ के अर्थ को समझ कर 'मेलन' को प्राप्त करता है, तो भी वह संसार से झूटकर शिवत्व को प्राप्त होता है ॥ ९ ॥ शास्त्र का होना भी अव्यावश्यक है क्योंकि इसके बिना गुरु भी यथार्थ बोध नहीं करा सकते । इसी लिए शास्त्र का प्राप्त होना भी बड़े महत्त्व का है ॥१०॥

यावन्न लभ्यते शास्त्रं तावद्गर्ग पर्यट्यतिः ।  
यदा संलभ्यते शास्त्रं तदा सिद्धिः कर स्थिता ॥११॥  
न शास्त्रेण विना सिद्धिर्हृष्टा चैव जगत्त्रये ।  
तस्मान्मेलनदातारं शास्त्रदातारमच्युतम् ॥१२॥  
तदभ्यासप्रदातारं सिवं मत्वा समाश्रयेत् ।  
लब्ध्वा शास्त्रमिदं मह्यमन्येषां व प्रकाशयेत् ॥१३॥  
तस्मात्सर्वप्रयत्नेन गोपनीयं विजानता ।  
यत्रास्ते च गुरुर्ह्यन्दिव्ययोगप्रदायकः ॥१४॥  
तत्र गत्वा च तेनाक्तविद्यां संगृह्य खेचरीम् ।  
तेनोक्तः सम्यगभ्यासं कुर्यादादावतन्द्रितः ॥१५॥

जब तक शास्त्र की प्राप्ति न हो तब तक पर्यटन करते हुए प्रयत्नशील रहे । जब सच्चा शास्त्र मिल जायगा तब सिद्धि हाथ में ही

रखी है ॥ ११ ॥ शास्त्र के बिना सिद्धि तीनों लोक में कहीं दिखाई नहीं देती । इसलिए मेलन ( योग ) का देने वाला, शास्त्र का देने वाला और अभ्यास का कराने वाला गुरु भगवत स्वरूप ही है, ऐसा समझ कर उसका आश्रय लेना चाहिये और इस शास्त्र को प्राप्त कर लेने पर किसी अन्य के सम्मुख प्रकट न करना चाहिए ॥ १२—१३ ॥ इसलिए इसको हर तरह से प्रयत्न करके गुप्त रखना चाहिये और जहाँ कहीं इस दिव्य योग का ज्ञाता गुरु रहता हो, वहाँ उसके पास जाकर खेचरी विद्या को ग्रहण करके सम्यक् रूप से इसका अभ्यास करना चाहिए ॥ १४—१५ ॥

अनया विद्यया योगी खेचरीसिद्धिभागभवेत् ।  
 खेचर्या खेचरीं युञ्जन् खेचरीबीजपूरया ॥ १६  
 खेचराधिपतिर्भूत्वा खेचरेषु सदा वसेत् ।  
 खेचरावसथं वह्निस्त्र्यम्बुमण्डलभूषितम् ॥ १७  
 आख्यातं खेचरीबीजं तेन योगः प्रसिध्यति ।  
 सोमांशनवकं वर्णं प्रतिलोमेन चोद्धरेत् ॥ १८  
 तस्मात् त्र्यंशकमाख्यातमक्षरं चन्द्ररूपकम् ।  
 तस्मादप्यष्टनं वर्णं विलोमेनापरं मुने ॥ १९  
 तथा तत्परमं विद्धि तदादिरपि पञ्चमा ।  
 इन्दोश्च बहुभिन्नं च कूटोऽयं परिकीर्तितः ॥ २०

योगी को इस विद्या द्वारा खेचरी शक्ति की प्राप्ति होती है । खेचरी में खेचरी के बीज सहित खेचरी का योग करने से साधक खेचरों ( देवताओं ) का अधीश्वर बनकर सदा उन्हीं में रहता है । खेचर का प्रतीक 'ह' कार आवश्यक ( धारणा ) का 'ई'कार, अग्नि का 'र'कार और जल का 'म'कार है । इन सबका योग करने से 'ह्री' होता है जो कि खेचरी का बीज मन्त्र है और इसी से खेचरी

योग सिद्ध होता है। सोमांश 'स' कार है, उसका प्रतिलोम से नीचा अक्षर 'म' होता है। फिर चन्द्रमा का बीजाक्षर 'स' है, उसका आठवाँ अक्षर विलोम से 'म' होता है। फिर से पाँच अक्षर उलटा गिनने से 'प' अक्षर निकालता है। चन्द्रमा का बीज 'स' और अनेक वर्ण वाला 'क्ष' अन्तिम अक्षर है। (इत प्रकार "ह्रीं भं सं मं पं सं क्ष") यह खेचरी का बीज मन्त्र प्रकट होता है) ॥ १६—२० ॥

गुरुपदेशलभ्यं च सर्वयोगप्रसिद्धिदम् ।

यत्तस्य देहजा माया निरुद्धकरणाश्रया ॥२१

स्वप्नेऽपि न लभेत्तस्य नित्यं द्वादशजप्यतः ।

य इमां पञ्च लक्षाणि जपेदपि सुयन्त्रितः ॥२२

तस्य श्रीखेचरीसिद्धिः स्वयमेव प्रवर्तते ।

नश्यन्ति सर्वविघ्नानि प्रसीदन्ति च देवताः ॥२३

वलीपलितनाशश्च भविष्यति न संशयः ।

एवं लब्ध्वा महाविद्यामभ्यासं कारयेत्ततः ॥२४

अन्यथा क्लिश्यते ब्रह्मन् सिद्धिः खेचरी पथे ।

यदभ्यासविधौ विद्यां न लभेद्यः सुधामयीम् ॥२२

ततः संमेलकादौ च लब्ध्वा विद्यां सदा जपेत् ।

नान्यथा रहितो ब्रह्मन् किंचित्सिद्धिभागभवेत् ॥२६

यह खेचरी मन्त्र सब प्रकार की सिद्धियों को देने वाला है। यह गुरु के उपदेश से ही सिद्ध होता है। जो नियम से इसका प्रतिदिन बारह बार जप करता है, उसे अन्तःकरण में स्थित देह सम्बन्धी माया नहीं व्यापती। जो इसे भावपूर्वक पाँच लाख जपेगा उसको खेचरी की सिद्धि स्वयमेव हो जायेगी, सब विघ्न दूर होकर देवताओं की प्रसन्नता प्राप्त होगी ॥ २१—२३ ॥ इससे शरीर पर पड़ी हुई भुरियाँ मिट जाती हैं इसमें कुछ भी संशय नहीं। इस महाविद्या को जब



भली प्रकार जान ले तब उसका अभ्यास भली भाँति करे ॥ २४ ॥  
 ऐसा न करने से खेचरी की सिद्धि न होकर उलटा कण्ट ही उठाना  
 पड़ता है । विधिपूर्वक अभ्यास करने पर भी सफलता न हो तो भी  
 'सम्मेलक' (गुरु शिक्षक आदि) के बताये अनुसार सदैव इसका जप  
 करता रहे । बिना उपयुक्त शिक्षक के इनमें कभी सिद्धि प्राप्त नहीं हो  
 सकती ॥ २५—२६ ॥

यदिदं लभ्यते शास्त्रं तदा विद्यां समाश्रयेत् ।  
 ततस्तदोदितां सिद्धिमाशु तां लभते मुनिः ॥२७  
 तालुमूलं समुत्कृष्य सप्तवासरमात्मवित् ।  
 स्वगुरुक्तप्रकारेण भल सर्वं विशोधयेत् ॥२८  
 स्नुहिपत्रनिभं शस्त्रं सुतीक्ष्णं स्निग्धनिर्मलम् ।  
 समादाय ततस्तेत लोभमात्रं समुच्छिनेत् ॥२९  
 हित्वा सैन्धवपथ्याभ्यां चूर्णिताभ्यां प्रकर्षयेत् ।  
 पुनः सप्तदिने प्राप्ते रोम मातु समुच्छिनेत् ॥३०

जब इस विद्या के शास्त्र का ठीक तरह से ज्ञान हो जायेगा तब  
 साधक की सिद्धि प्राप्त करने में देर न लगेगी ॥ २७ ॥ सर्व प्रथम  
 साधक को सात दिन तक तालु के मूल स्थान को गुरु के आदेश के  
 अनुसार घिसकर वहाँ का सब मूल दूर करना चाहिए ॥ २८ ॥ फिर  
 यूँहीर के पत्ते के समान उत्तम धार वाले शुद्ध चाकू आदि से तालुमूल  
 को एक बाल के बराबर काटे अथवा गुरु या शिक्षक से कटावे)  
 ॥२९॥ कटे स्थान के ऊपर हरे और सैन्धे तमक का चूर्ण  
 भुरभुराता रहे । सात दिन के पश्चात् फिर पूर्ववत् बाल बराबर  
 काटे ॥ ३० ॥

एवं क्रमेण षाण्मासं नित्योद्युक्तः समाचरेत् ।

षाण्मासाद्रसनाभूलं सिराबन्ध प्रणश्यति ॥३१

अथ वागीश्वरीधाम शिरो वस्त्रेण वेष्टयेत् ।  
 शनैरुत्कर्षयेद्योगी कालवेलाविधानवित् ॥३२  
 पुनः षाण्मासमात्रेण नित्यं संघर्षणान्मुने ।  
 भ्रू मध्यावधि चाप्येति त्रियक्कर्णबिलावधि ॥३३  
 अधश्च चुबुर्कं मूलं प्रयाति क्रम चारिता ।  
 पुनः संवत्सराणां तु तृतीयादेव लीलया ॥३५  
 केशान्तभूर्ध्वं क्रमति त्रिर्यक्शाखाऽवधिर्मुने ।  
 अधस्तात्कण्ठकूपान्तं पुनर्वर्षत्रयेण तु ॥३५  
 ब्रह्मरन्ध्रं समावृत्य तिष्ठेदेव न संशयः ।  
 त्रिर्यक् चूलितलं याति अधः कण्ठबिलावधि ॥३६

इस क्रम से निरन्तर प्रयत्न करते रहने से जीभ का तालू के साथ वाला बन्धन कट जायगा ॥ ३१ ॥ तब जीभ के अग्रभाग को कपड़े से लपेट कर धीरे-धीरे दोहन करे ( बाहर की तरफ खींचे ) । इस प्रकार छः मास तक अभ्यास करने से जीभ बढ़कर भौंहों से मध्य तक पहुँचने लगेगी और बगल में कान के छेद तक पहुँचने लगती है । बाहर की तरफ जीभ ठोड़ी तक पहुँच जाती है । जब इस अभ्यास को बराबर किया जाय तो तीसरे वर्ष में जीभ बालों तक पहुँच जाती है और बगल में कन्धे तक तथा नीचे कण्ठकूप तक पहुँचने लगती है । आगामी तीन वर्ष के अभ्यास से जीभ ब्रह्मरन्ध्र तक पहुँचकर उसे ढक लेगी इसमें संशय नहीं । तब वह गर्दन के पीछे तक और नीचे कण्ठ के अन्त तक पहुँच जायगी ॥ ३२-३६ ॥

शनैः शनैर्मस्तकान्च महावज्रकवाटभित् ।  
 पूर्वं बीजयुता विद्या ह्याख्याता याति दुर्लभाम् ॥३७  
 तस्याः षडङ्गं कुर्वीत तया षट्स्वरभिन्नया ।  
 कुयदिवं करन्यास सर्वसिद्धिचादिहेतवे ॥३८

शनैरेवं प्रकर्तव्यमभ्यासं युगपन्न हि ।

युगपद्वर्तते यस्य शरीरं विलयं व्रजेत् ॥२६

तस्माच्छनैः शनैः कार्यमभ्यासं मुनिपुंगव ।

यदा च बाह्यमार्गेण जिह्वा ब्रह्मविलं व्रजेत् ॥२७

तदा ब्रह्मार्गलं ब्रह्मान्दुर्भेद्यं त्रिदशैरपि ।

अंगुव्यग्रेण संवृष्य जिह्वामात्र निवेशयेत् ॥२८

धीरे-धीरे जिह्वा ब्रह्मरन्ध्र को भेद जाती है । यह समस्त बीजाक्षर की विधि सहित विद्या बड़ी ही कठिन है । इस पूर्वोक्त छःओं बीजाक्षरों से षडंगन्यास और करान्यास करना चाहिये सब सम्पूर्ण सिद्धि सम्भव होती है ॥ ३७-३८ ॥ इस प्रकार का अभ्यास बहुत सावधानी से क्रमशः धीरे-धीरे करना चाहिये । जल्दी करने से शरीर की हानि होना सम्भव है । इसीलिए इन अभ्यास में कभी जल्दी नहीं करनी चाहिये । जब बाहर के मार्ग से जीभ ब्रह्म विवर के भीतर जाने लगे तो उसे अंगुली से उठाकर उसके भीतर करदे ॥ ४०-४१ ॥

ऐत्रं वर्षत्रयं कृत्वा ब्रह्मद्वारं प्रविश्यति ।

ब्रह्मद्वारे प्रविष्टे तु सम्यङ्मथनमाचरेत् ॥२९

मथनेन विना केचित्साधयन्ति विपश्चितः ।

खेचरीमन्त्रसिद्धस्य सिध्यते मथनं विना ॥३०

जपं न मथनं चैव कृत्वा शीघ्रं फलं लभेत् ।

स्वर्णजां रौप्यजां वाऽपि लोहजां वा शलाकिकाम् ॥३१

नियोज्य नासिकारन्ध्रं दुग्धसिक्तेन तन्तुना ।

प्राणान्निरुध्य हृदये सुखमासनमात्सनः ॥३२

शनैः सुमथनं कुर्याद्ब्रू मध्ये न्यस्तचक्षुषि ।

पाण्मासान्मथनावस्थाभावेनैव प्रजायते ॥३३

यथा सुषुप्तिर्बालानां यथा भावस्ता भवेत् ।  
 न सदा मथनं शस्तं मासे समाचरेत् ॥४७॥  
 सदा रसनया योगी मार्गं न परिसंक्रमेत् ।  
 एवं द्वादशवर्षान्ते संसिद्धिर्भवति ध्रुवं ॥४८॥  
 शरीरे सकलं विश्वं पश्यत्यात्माविभेदतः ।  
 ब्रह्माण्डोज्यं महामार्गो राजदन्तोर्ध्वकुण्डली ॥४९॥  
 इति ॥

इस प्रकार तीन वर्ष तक करने से जीभ ब्रह्म द्वार में प्रवेश कर जायगी । जब वह प्रवेश कर जाय तब उसका विधिपूर्वक मथन आरम्भ करना चाहिए ॥ ४२ ॥ कोई साधक बिना मन्थन के ही खेचरी करते हैं । जिनको खेचरी मन्त्र सिद्ध हो चुका है वे ऐसा कर सकते हैं ॥ ४३ ॥ तो भी जप और मन्थन दोनों करने से फल शीघ्र प्राप्त होता है । मन्थन के लिये सुवर्ण, चाँदी अथवा लोहे की शलाका के सिरे पर दुग्धयुक्त तन्तु लगाकर उसे नाक के भीतर डाले । फिर प्राण को हृदय में निरोध करके सुखासन पर बैठकर, आँखों को भ्रुकुटी स्थान में लगाकर घीरे-घीरे मन्थन करे । छः मास तक इस प्रकार मन्थन करने से उसका प्रभाव दिखलाई पड़ने लगता है ॥ ४४-४६ ॥ तब उसकी अवस्था इस प्रकार की होती है जैसी बालक की सुषुप्ति अवस्था में । मन्थन नित्य नहीं करना चाहिये वरन् महीने में एक बार करना होता है । इसी प्रकार जिह्वा को बार-बार ब्रह्मरन्ध्र में प्रविष्ट न करे । इस प्रकार बारह वर्ष अभ्यास करने पर सिद्धि निश्चित रूप से होती है ॥ ४७-४८ ॥ उस समय योगी करने समस्त विश्व अपने भीतर दिखाई देने लगता है, क्योंकि जीभ के ब्रह्मरन्ध्र तक जाने के मार्ग में ही ब्रह्माण्ड की स्थिति है ॥ ४९ ॥

॥ द्वितीय अध्याय समाप्त ॥

### तृतीयोऽध्यायः

ह्रीं भं सं म पं सं क्षम्

पद्मज उवाच—

अमावास्या च प्रतिपत्पौर्णमासी च शंकर ।

अस्याः का वर्ण्यते संज्ञा एतदाख्याहि तत्त्वतः ॥१॥

प्रतिपदिदनतोऽकाले अमावास्या तथैव च ।

पौर्णमास्यां स्थिरीकुर्यात्स च पन्था हि नान्यथा ॥२॥

कामेन विषयाकाङ्क्षी विषयात्काममोहितः ।

द्वावेव संत्यजेन्नित्यं निरञ्जनमुपाश्रयेत् ॥३॥

अपरं सत्यजेत्सर्वं यदिच्छेदात्मनो हितम् ।

शक्तिमध्ये मनः कृत्वा मनः शक्तेश्च मध्यगम् ॥४॥

मनसा मन आलोक्य तत्त्यजेत्परमं पदम् ।

मन एव हि बिन्दुश्च उत्पत्तिस्थितिकारणम् ॥५॥

ब्रह्माजी बोले—मेलन मन्त्र इस प्रकार है—“ह्रीं भं सं म पं सं क्षम् । हे शंकर ! अमावस्या, प्रतिपदा और पौर्णमासी का मूल आशय क्या है ? ॥ १ ॥ प्रतिपदा से सूर्य का आशय है और पौर्णमासी से चन्द्रमा का । अमावस्या का अर्थ सूर्य और चन्द्र दोनों का अभाव है ॥ २ ॥ मनुष्य कामनाओं में ग्रसित होकर विषयाकाङ्क्षी होता है और विषय में पड़कर कामना बढ़ती जाती है । इसलिए शुद्ध परमात्म भाव की प्राप्ति के लिए विषय और कामना दोनों का त्याग करना और आत्मा में ध्यान लगाना ही आवश्यक है ॥ ३ ॥ जो अपने हित की इच्छा रखता हो उसे अन्य सब मिथ्या विषयों को त्याग देना चाहिए और शक्ति में प्रवेश करके उत्ती में स्थित रहना चाहिए ॥ ४ ॥ मन द्वारा मन को देखकर और समझकर उसका त्याग करना ही परमपद है । उत्पत्ति और स्थिति का प्रधान बिन्दु मन ही है ॥ ५ ॥

मनसोत्पद्यते विन्दुर्यथा क्षोरं घृतात्मकम् ।  
 न च बन्धनमध्यस्थं तद्वै कारणमानसम् ॥६॥  
 चन्द्रार्कमध्यमा शक्तिर्यत्रस्था तत्र बन्धनम् ।  
 ज्ञात्वा सुषुम्ना तद्भेदं कृत्वा वायुं च मध्यगम् ॥७॥  
 स्थित्वाऽसौ बन्धवस्थाने घ्राणरन्ध्रे निरोधयेत् ।  
 वायुं विन्दुं समाख्यातं सत्त्वं प्रकृतिमेव च ॥८॥  
 पट् चक्राणि परिज्ञात्वा प्रविशेत्सुखमण्डलम् ।  
 मूलाधारं स्वाधिष्ठानं मणिपूरं तृतीयकम् ॥९॥  
 अनाहतं विशुद्धिं च आज्ञाचक्रं च षष्ठकम् ।  
 आधारं गुदमित्युक्तं स्वाधिष्ठानं तु सैङ्गिकम् ॥१०॥  
 मणिपूरं नाभिदेशं हृदयस्थमनाहतम् ।  
 विशुद्धिः कण्ठमूले च आज्ञाचक्रं च मस्तकम् ॥११॥

यह विन्दु मन से ही उत्पन्न होता है, जैसे दूध से घी प्रकट होता है । उस विन्दु में कोई बन्धन नहीं है, वरन् जो कुछ बन्धन है वह सब मन का ही है ॥ ६ ॥ सूर्य और चन्द्र के मध्य में जो शक्ति रहती है वही बन्धन रूप है । इसलिये इन दोनों के मध्य की सुषुम्ना का ज्ञान प्राप्त करके उसके भीतर प्राण को चलाना आवश्यक है ॥ ७ ॥ प्राण को इसी विन्दु स्थान में स्थिर करके नासिका से वायु का निरोध करना चाहिये । यही प्राणवायु, विन्दु, सत्त्व और प्रकृति का वर्णन है ॥ ८ ॥ इसके साथ ही पटचक्रों की जानकारी भी प्राप्त करनी चाहिये जिससे सुख की स्थिति प्राप्त हो सके । ये पटचक्र इस प्रकार हैं—मूलाधार, स्वाधिष्ठान, मणिपुर, अनाहत, विशुद्ध और आज्ञा । मूलाधार का स्थान गुदा है, उसके ऊपर लिङ्ग के समीप स्वाधिष्ठान है, मणिपुर नाभि में है, अनाहत हृदय में, विशुद्ध कण्ठ में और आज्ञा-चक्र मस्तक में होता है ॥ ९-११ ॥

पट् चक्राणि परिज्ञात्वा प्रविशेत्सुखमण्डले ।  
 प्रविशेद्वायुमाकृष्य तयैवोर्ध्वं नियोजयेत् ॥१२॥  
 एवं समभ्यसेद्वायुं स ब्रह्माण्डमयो भवेत् ।  
 वायुं बिन्दुं तथा चक्रं चित्तं चैव समभ्यसेत् ॥१३॥  
 समाधिमेकेन समममृतं यान्ति योगिनः ।  
 यथाऽग्निर्दाहमध्यस्थो नोत्तिष्ठेन्मथनं विना ॥१४॥  
 विना चान्यासयोगेन ज्ञानदीपस्तथा न हि ।  
 घटमध्यगतो दीपो ज्ञाह्ये नैव प्रकाशते ॥१५॥  
 भिक्षे तस्मिन्घटे चैव दीपज्वाला च भासते ।  
 स्वकार्यं चटमित्युक्तं यथा दीपो हि तत्पदम् ॥१६॥  
 गुरुवाक्यसमा भिक्षे ब्रह्मज्ञानं स्फुटीभवेत् ।  
 कर्णधारं गुरुं प्राप्य कृत्वा सूक्ष्मं तरन्ति च ॥१७॥

इन समस्त चक्रों का ज्ञान प्राप्त करके सुख मण्डल रूप सहज  
 दल कमल में प्रवेश करे और प्राण को ऊर्ध्व भाग में खींचकर स्थित  
 करे ॥ १२ ॥ इस प्रकार प्राण का अभ्यास करने से ब्रह्माण्ड में स्थित  
 हो जाती है । प्राणवायु, बिन्दु, चक्र तथा चित्त का उचित रूप से  
 अभ्यास करके योगीजन एक्य रूप की समाधि तक पहुँच जाते हैं, और  
 अमृत पद को प्राप्त होते हैं । जिस प्रकार काष्ठ में अग्नि रहती है, पर  
 भिसने के बिना वह प्रकट नहीं होती, उसी प्रकार सतत अभ्यास के  
 बिना योग विद्या का दीपक भी प्रकाशित नहीं होता । अथवा जिस  
 प्रकार घड़े के भीतर रखा हुआ दीपक बाहर प्रकाश नहीं कर सकता  
 जब तक कि उस घड़े का भेदन न किया जाय, उसी प्रकार शरीर  
 रूपी घट के भीतर रहे हुये ब्रह्मरूपी दीप का प्रकाश भी उस समय  
 तक बाहर नहीं निकलता जब तक गुरु के उपदेश से इस घट का भेदन  
 नहीं होता । इस प्रकार इस अपार सागर को पार करने का उपाय गुरु  
 रूपी कर्णधार ही है ॥ १३-१७ ॥

अभ्यासवासनाशक्त्या तरन्ति भवसागरम् ।  
 परायामंकुरी भूय पश्यन्त्यां द्विदलीकृता ॥१८  
 मध्यमायां मुकुलिता वैखर्या विकसीकृता ।  
 पूर्वं यथोदिता या वाग्विलोभेनास्तगा भवेत् ॥१९  
 तस्या वाचः परो देवः कटस्थो वाक्प्रबोधकः ।  
 सोऽहमस्मीति निश्चित्य यः सदा वर्तते पुमान् ॥२०  
 शब्दंरुच्चायचैर्नीचैर्मापितोऽपि न लिप्यते ।  
 विश्वश्च तैजसश्चैव प्राज्ञश्चेति च ते त्रयः ॥२१  
 विराट् हिरण्यगर्भश्च ईश्वरश्चेति ते त्रयः ।  
 ब्रह्माण्डं चैव पिण्डाण्डं लोका भूरादयः क्रमात् ॥२२  
 स्वस्वोपाधिलयादेव लीयन्ते प्रत्यगात्मनि ।  
 अण्डं ज्ञानानिना तप्तं लीयये कारुणः सह ॥२३

अभ्यास और श्रेष्ठ वासना की शक्ति द्वारा ही वे इस भव सागर को तैर कर पार करने में समर्थ होते हैं। वाणी परा में अंकुरित होती है, पश्यन्ती में उसके दो भाग होते हैं, मध्यमा में पुष्पित होती है और वैखरी में विकास को प्राप्त हो जाती है। इस विधि से जिस प्रकार वाणी का आविर्भाव होता है, उसके विलोम-क्रम से ही वह लय हो जाती है ॥ १८-१९ ॥ इस वाणी का बोध कराने वाला अथवा परमदेव मैं ही हूँ, इस प्रकार निश्चय करके जो व्यक्ति तदनुसार व्यवहार करता है ॥ २० ॥ उससे कोई उच्च या नीच कौसां भी शब्द कहे, पर वह उसमें लिप्त नहीं होता। विश्व, तैजस और प्राज्ञ—ये तीन पिण्डक तथा विराट् हिरण्यगर्भ और ईश्वर—ये तीन ब्रह्माण्ड के और भूः, भुवः स्वः—ये तीन लोक के भेद हैं, जो अपनी उपाधि के लय होने पर प्रत्यगात्मा में लीन हो जाते हैं। ज्ञानाग्नि से तप्त होने पर ब्रह्माण्ड भी अपने मूल रूप में विलीन हो जाता है ॥ २१-२३ ॥



परमात्मनि लीनं तत्परं ब्रह्मैव जायते ।  
 ततः स्तिमितगम्भीरं न तेजो न तमस्ततम् ॥२४॥  
 अनाख्यमनभिव्यक्तं सर्त्किचिदवशिष्यते ।  
 ध्यात्वा मध्यस्थमात्मानं कलशान्तरदीपवत् ॥२५॥  
 अङ्गुष्ठमात्रमात्मानमधूमज्ज्योतिरूपकम् ।  
 प्रकाशयन्तमन्तस्थं ध्यायेत्कूटस्थमव्ययम् ॥२६॥  
 विज्ञानात्मा तथा देहे जाग्रत्स्वप्नसुषुप्तिः ।  
 माययया मोहितः पश्चाद्बहुजन्मान्तरे पुनः ॥२७॥  
 सत्कर्मपरिपाकात्तु स्वविकारं चिकीर्षति ।  
 कोऽहं कथमयं दोष संसाराख्य उपायतः ॥२८॥  
 जाग्रत्स्वप्ने व्यवहरन्त्सुषुप्तां च गतिर्भमः ।  
 इति चिन्तापरो भूत्वा स्वभासा च विशेषतः ॥२९॥  
 अज्ञानात्तु त्रिदाभासो बहिस्तापेन तापितः ।  
 दग्धं भवत्येव तदा तूलपिण्डमिवाग्निना ॥३०॥

परमात्मा में मिल जाने से वह ब्रह्मरूप हो जाता है । उस समय एक ऐसा अगाध और गम्भीर रूप हो जाता है जो न प्रकाश कहा जा सकता है न अन्वकार । तब केवल सत्स्वरूप एक अव्यक्त तत्त्व ही शेष रहता है । जैसे घट के भीतर दीपक की ज्योति रहती है ऐसी ही एक निर्धूम ज्योति अपने अन्तःकरण में प्रकाशित होती रहती है । इसी स्वरूप में उस कूटस्थ अव्यय रूप का ध्यान करना चाहिए ॥ २४-२६ ॥ आत्मा अपने मूल रूप में विज्ञानमय होता है, पर देह में आकर वह मायावश, जाग्रत, स्वप्न, सुषुप्ति अवस्थाओं को प्राप्त होकर विमोहित हो जाता है । कितने ही जन्मों के पश्चात् जब शुभ कर्म उदय होते हैं तब उसके भीतर अपने विकारों को जानने की इच्छा उत्पन्न होती है कि मैं वास्तव में कौन हूँ और

यह दोषमय संसार कहाँ से आ गया है ? ॥ २७-२८ ॥ जाग्रत और स्वप्न अवस्था में तो मैं अपने को कर्ता समझ कर व्यवहार करता हूँ, पर सुषुप्ति में मेरी क्या अवस्था होती है ? इस प्रकार चिन्ता करता हुआ वह अपने आभास रूप पर विचार करता है ॥ २९ ॥ रुई का ढेर जैसे आग से जलने लगता है, वैसे ही चिदाभास अज्ञान में पड़ कर सांसारिक ताप से नष्ट हो जाता है ॥ ३० ॥

दहरस्थः प्रत्यगात्मा नष्टे ज्ञाने ततः परम् ।  
विततो व्याप्य विज्ञानं दहत्येव क्षणेन तु ॥३१॥  
मनोमयज्ञानमयान् सम्यग्दग्ध्वा क्रमेण तु ।  
घटस्थदीपवच्छ्वदन्तरेव प्रकाशते ॥३२॥  
ध्यायन्नास्ते मुनिश्चैवमा सुप्तेरा मृतेस्तु यः ।  
जीवन्मुक्तः स विज्ञेयः स धन्यः कृतकृत्यवान् ॥३३॥  
जीवन्मुक्तपदं त्यक्त्वा स्वदेहे कालसात्कृते ।  
विशत्यदेहमुक्तत्वं पवनोऽस्पन्दतामिव ॥३४॥  
अशब्दमस्पर्शमरूपमव्ययं  
तथाऽरसं नित्यमगन्धवच्च यत् ।  
अनाद्यनन्तं महतः परं ध्रुवं  
तदेव शिष्यत्यमलं निरामयम् ॥३५॥  
इत्युपनिषत् ॥

इस प्रकार सांसारिक ज्ञान के मिटाने पर प्रत्यगात्मा विस्तार को प्राप्त होकर विज्ञान का भी नाश कर देता है । इस प्रकार मनो-मय और विज्ञानमय के पूर्णतः मिल जाने पर शाश्वत प्रकाश के समान आत्मा ही अन्तर में प्रकाशित होता रहता है ॥ ३१-३२ ॥ जो आत्म-ज्ञानी ऐसी आत्मा का नित्य प्रति ध्यान करता रहता है और मृत्यु के

समय भी उस ध्यान को स्थिर रखता है, वह जीवन्मुक्त ही है, वह वन्य है और कृतकृत्य है ॥ ३३ ॥ जब उसका अन्तिम समय आ जाता है तब वह जीवन्मुक्त से विदेहमुक्त पद को प्राप्त हो जाता है, उसका अन्त ऐसा ही होता है जैसे हवा का चलना बन्द हो जाता है ॥ ३४ ॥ जो शब्द, स्पर्श, रूप, रस, गन्ध, से रहित अर्थात् पञ्चभूतों से परे, नित्य और अव्यय है, जो आदि और अन्त से रहित है, जो महान और ध्रुव (अटल) है, वही शुद्ध और अविकारी ब्रह्म अन्त में शेष रहता है ॥ ३५ ॥

॥ योगकुण्डली उपनिषद् समाप्त ॥

## ध्यानविन्दूपनिषत्

ॐ सह नाववतु । सह नौ भुनक्तु । सहवीर्यं करवावहे ।  
तेजस्वि नावधीतमस्तु मा विद्विषावहे । ॐ शान्तिः शान्तिः  
शान्तिः ।

ब्रह्म हम दोनों की रक्षा करे, वह हम दोनों का पालन करे,  
हम दोनों एक साथ सामर्थ्य को प्राप्त हों, हमारा अभ्ययन तेजस्वी हो,  
हम परस्पर द्वेष न करे । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

यदि शैलसमं पापं विस्तीर्णं बहुयोजनम् ।  
भिद्यते ध्यानयोगेन नान्यो भेदः कदाचन ॥१॥  
बीजाक्षरं परं बिन्दु नादं तस्योपरि स्थितम् ।  
सशब्दचाक्षरे क्षीणे निशब्दं परमं पदम् ॥२॥  
अनाहतं तु यच्छब्दं तस्य शब्दस्य यत्परम् ।  
तत्परं विन्दते यस्तु स योगी छिन्नसंशयः ॥३॥  
वालाग्रशतसहस्रं तस्य भागस्य भागिनः ।  
तस्य भागस्य भागार्धं तत्क्षये तु निरञ्जनम् ॥४॥  
पुष्पमध्ये यथा गन्धः पयोमध्ये यथा घृतम् ।  
तिलमध्ये यथा तैलं पाषाणेष्विव काश्चनम् ॥५॥  
एवं सर्वाणि भूतानि मणौ सूत्र इवात्मनि ।  
स्थिरबुद्धिरसमूढो ब्रह्मविद्ब्रह्मणि स्थितः ॥६॥

यदि पर्वत के समान अनेक योजन विस्तार वाले पाप भी हों,  
तो भी वे ध्यान योग से नष्ट हो जाते हैं, इसके अतिरिक्त और किसी  
तरह उनका नाश नहीं होता ॥ १ ॥ बीजाक्षर परम बिन्दु है और  
उसके ऊपर नाद की स्थिति है । जब वह नाद ( शब्द ) अक्षर में

लय हो जाता है तब शब्द रहित परमपद का रूप होता है ॥ २ ॥  
 अनाहत शब्द से नीचे जो शब्द है, उसके पाने से ही योगी के संशय  
 की निवृत्ति होती है ॥ ३ ॥ केशाग्र के सीवें भाग का हज्जारवां भाग  
 और उसका आधे का भाग, उसका नीचे क्षय हो जाने पर  
 निरंजन होता है ॥ ४ ॥ जिस प्रकार फूलों में गन्ध रहती है, दूध में घी  
 रहता है, तिल में तेल और पाषाण में सोना होता है, जिस प्रकार  
 माला के बाने सूत में पिरोये रहते हैं, उसी प्रकार सब भूत निरंजन में  
 व्याप्त हैं। स्थिर बुद्धि वाला ज्ञानी मोह रहित होकर ऐसे ब्रह्म का  
 ज्ञान प्राप्त करके उसमें स्थिर रहता है ॥ ५-६ ॥

तिलानां तु यथा तैल पुष्पे गन्ध इवाश्रितः ।  
 पुरुषस्य शरीरे तु सबाह्याभ्यान्तरे स्थितः ॥७॥  
 वृक्षं तु सकलं विद्याच्छाया तस्यैव निष्कला ।  
 सकले निष्कले भावे सर्वात्रात्मा व्यवस्थितः ॥८॥  
 भोमित्येकाक्षरं ब्रह्म ध्येयं सर्वं मुमुक्षुभिः ।  
 पृथिव्याग्निश्च ऋग्वेदो भूमित्येव त्रितामहः ॥९॥  
 अकारे तु लयं प्राप्ते प्रथमे प्रणवांशके ।  
 अन्तरिक्ष यजुर्वायुर्भुवो विष्णुर्जनार्दनः ॥१०॥  
 उकारे तु लयं प्राप्ते द्वितीये प्रणवांशके ।  
 द्यौः सूर्यः सामवेदश्च स्वरित्येव महेश्वरः ॥११॥  
 मकारे तु लयं प्राप्ते तृतीये प्राणवांशके ।  
 अकारः पीतवर्णः स्याद्रजोगुण उदीरितः ॥१२॥  
 उकारः सात्त्विकः शुक्लो मकारः कृष्णतामसः ।  
 अष्टाङ्गं च चतुष्पादं त्रिस्थानं पञ्चद्वयतम् ॥१३॥

जिस प्रकार तेल का आश्रय तिल है और गन्ध का आश्रय  
 पुष्प है इसी प्रकार ब्रह्म पुरुष शरीर के भीतर और बाहर स्थित

रहता है ॥ ७ ॥ वृक्ष को सम्पूर्ण जान लेने पर उसकी छाया निष्कल होती है, इसी प्रकार आत्मा सब कला रहित स्थान में स्थित रहता है ॥ ८ ॥ सब मोक्षाभिलाषी व्यक्ति ओंकार रूप एकाक्षर ब्रह्म का ही ध्यान करते हैं । इस प्रणव के प्रथम अंश 'अ'कार में पृथिवी, अग्नि, ऋग्वेद, भूः तथा पितामह का लय होता है । दूसरे अंश 'उ'कार में अन्तरिक्ष, यजुर्वेद, वायु, भुवः और विष्णु का लय होता है । तीसरे अंश 'म'कार में द्यौ, सूर्य, सामवेद, स्वर्लोक और महेश्वर का लय होता है । 'अ'कार पीले रङ्ग और रजोगुण वाला कहा जाता है, 'उ'कार श्वेत वर्ण और सतोगुण वाला और 'म'कार कृष्णवर्ण तथा तामस गुण वाला है । इस प्रकार ओंकार आठ अङ्ग, चार पद, तीन नेत्र और पाँच दैवत वाला होता है ॥ ९-१३ ॥

ओंकारं यो न जानाति ब्राह्मणो न भवेत्तु सः ।  
 प्रणवो धनुः शरो ह्यात्मा ब्रह्मा तल्लक्ष्यमुच्यते ॥१४  
 अप्रमत्तो न वेद्व्यं शरवत्तन्मयो भवेत् ।  
 निवर्तन्ते क्रियाः सर्वास्तिस्मिन्ष्टे परावरे ॥१५  
 ओंकारप्रभवा देवा ओंकारप्रभवाः स्वराः ।  
 ओंकारप्रभवं सर्वं त्रैलोक्यं सचराचरम् ॥१६

ह्रस्वो दहति पानानि दीर्घः संपत्प्रदोऽव्ययः ।  
 अर्धमात्रासमायुक्तः प्रणवो मोक्षदायकः ॥१७  
 तैलधारामिवाच्छिन्नं दीर्घघटानिनादवत् ।  
 अवाच्यं प्रणवस्याग्रं यस्तं वेद स वेदवित् ॥१८  
 हृत्पद्मकर्णिकामध्ये स्थिरदीपनिभाकृतिम् ।  
 अंगुष्ठमात्रमचलं ध्यायेदोंकारमीश्वरम् ॥१९  
 इडया वायुमापूर्य पूरयित्वोदरस्थितम् ।  
 ओंकारं देहमध्यस्थं ध्यायेज्ज्वालावलीवृतम् ॥२०

ब्रह्मा पूरक इत्युक्तो विष्णुः कुम्भक उच्यते ।  
रेचो रुद्र इति प्रोक्तः प्राणायामस्य देवताः ॥२१॥

इस प्रकार से ओंकार को जो नहीं जानता वह ब्राह्मण नहीं माना जा सकता । यह प्रणव वनस्पति है, आत्मा वाण है और ब्रह्म लक्ष्य है । वाण से सावधानी के साथ तन्मय होकर इस लक्ष्य को वेच करने और 'अवर' को जान लेने से सब क्रियाओं से निवृत्ति हो जाती है ॥ १४-१५ ॥ ओंकार से देवता हुए, ओंकार से स्वर हुए और ओंकार से ही तीनों लोक के समस्त चराचर हुये ॥ १६ ॥ इसका ह्रस्व अंश पापों को हरता है, दीर्घ अव्यय स्वरूप सम्पत्ति को देता है, इस प्रकार अर्धमात्रा युक्त प्रणव मोक्षदायक है ॥ १७ ॥ तेल की अविच्छिन्न धार के समान, घण्टा के दीर्घ निनाद के समान नाद के अग्र में वाच्य रहित प्रणव है, उसे जानने वाला ही वेदज है ॥ १८ ॥ हृदयरूपी कमल की कर्णिका में दीपशिखा तुल्य, अंगुष्ठमात्र आकार के ओंकार रूप ईश्वर का ध्यान करे ॥ १९ ॥ इडा ( बायी नासिका ) से वायु को उदर में और देह के मध्य में उवालाय ओंकार का ध्यान करे । पूरक को ब्रह्मा और कुम्भक को विष्णु और रेचक को रुद्र कहा गया है, ये तीनों प्राणायाम के देवता हैं ॥ २०-२१ ॥

आत्मानमरणिं कृत्वा प्रणवं चोत्तरारणिम् ।  
ध्याननिर्मथनाभ्यासा देवं पश्येन्निरुद्धवत् ॥२२॥

ओंकारध्वनिनादेन वायोः संहरणान्तिकम् ।  
यावद्वलं समादध्यात्सम्यङ् नादलयावधि ॥२३॥

गमागमस्थं गमनादिवृत्त्यर्भोकारभेकं रविकोटिदीप्तम् ।  
पश्यन्ति ये सर्वजनान्तरस्थं हंसात्मकं ते विरजा भवन्ति ॥२४॥

आत्मा को नीचे की अरणी के रूप में ग्रहण करके प्रणव को ऊपर की अरणी बनावे । इन दोनों के मंथन रूप ध्यानाभ्यास से गूढ़ तत्त्व का दर्शन करे ॥ २२ ॥ ॐकार की ध्वनि के नाद सहित रेचक का अन्त होने पर नाद का लय हो जाता है । इस प्रकार का ध्यान अपनी सामर्थ्य के अनुसार करे ॥ २३ ॥ गमनागमन में स्थित और गमनादि से शून्य ऐसे करोड़ों सूर्य की दीप्ति के सदृश्य, सबके हृदय में रहने वाले हंसात्मक ॐकार का जो दर्शन करते हैं वे निष्पाप हो जाते हैं ॥ २४ ॥

यन्मनस्त्रिजगत्सृष्टिस्थिति प्रलयकर्मकृत् ।  
तन्मनो विलयं याति तद्विष्णोः परम पदम् ॥२५॥  
अष्टपत्रं तु हृत्पद्मं द्वात्रिंशत्केसरान्वितम् ।  
तस्य मध्यगतो भानुर्भानुमध्यगतः शशी ॥२६॥  
शशिमध्यगतो बह्निर्वह्निमध्यगता प्रभा ।  
प्रभामध्यगतं पीठं नानारत्नप्रवेष्टितम् ॥२७॥  
तस्य मध्यगतं देवं वासुदेवं निरञ्जनम् ।  
श्रीवत्सकौस्तुभोरस्कं मुक्तामणिविभूषितम् ॥  
शुद्धस्फटिकसंकाशं चन्द्रकोटिसमप्रभम् ।  
एवं ध्यायेन्महाविष्णुमेवं वा विनयान्वितः ॥२८॥  
अतसीपुष्पसंकाशं नाभिस्थाने प्रतिष्ठितम् ।  
चतुर्भुजं महाविष्णु पूरकेण विचिन्तयेत् ॥३०॥

सृष्टि, स्थिति और लय होने का कारण जो मन में है उसका जहाँ विलय होता है वहीं विष्णु का परमपद है ॥ २५ ॥ आठ दल और बत्तीस पंखुड़ियों का जो हृदय कमल है उसके मध्य में सूर्य और सूर्य के मध्य में चन्द्रमा स्थित है ॥ २६ ॥ चन्द्रमा के मध्य में



अग्नि है और अग्नि के मध्य में प्रभा है, प्रभा के मध्य में नाना प्रकार के रत्नों से जड़ा पीठस्थान है, उसके मध्य में निरञ्जन भगवान् वासुदेव हैं जो श्रीवत्स कौस्तुभमणि और मणि मुक्ताओं का धारण किये हुये हैं ॥ २७—२८ ॥ शुद्ध स्फटिक के समान, करोड़ों चन्द्रमा की-सी प्रभा वाले महाविष्णु का विनयावनत भाव से ध्यान करे ॥ २९ ॥ भलसी के पुष्प के समान नाभिस्थान में प्रतिष्ठित चार भुजा वाले महाविष्णु का प्रेरक करता हुआ ध्यान करे ॥ ३० ॥

कुम्भकेन हृदि स्थाने चिन्तयेत्कमलासनम् ।  
 ब्राह्मण रत्नगौराभं चतुर्बक्रं पितामहम् ॥३१॥  
 रेचकेन तु विद्यात्मा ललाटस्थं त्रिलोचनम् ।  
 शुद्धस्फटिकसंकाशं निष्कलं पापनाशनम् ॥३२॥  
 भद्रपत्रमधःपुष्पमूर्ध्वनालमधोमुखम् ।  
 कदलीपुष्पसंकाशं सर्ववेदमयं शिवम् ॥३३॥  
 शताब्दं शतपत्राढ्यं विप्रकीर्णविकर्णिकम् ।  
 तत्रार्कचन्द्रवह्नीनामुपर्युपरि चिन्तयेत् ॥३४॥  
 पद्मस्योद्धाटनं कृत्वा सूर्यचन्द्राग्निवर्चसः ।  
 तस्य हृद्वीजमाहृत्य आत्मानं चरते ध्रुवम् ॥३५॥

कुम्भक के समय हृदय स्थान पर कमलासन पर विराजमान लालिमायुक्त और गौर वर्ण वाले, चार मुँह वाले पितामह ब्रह्मा का ध्यान करे ॥ ३१ ॥ रेचक के समय ललाट स्थान में श्वेत स्फटिक के समान, निष्कल, पापनाशक त्रिलोचन भगवान् शङ्कर का ध्यान करे ॥ ३२ ॥ कदली पुष्प के समान नीचे की तरफ फूल, ऊपर डण्डी, नीचे मुख, इस प्रकार सर्व वेदमय शिव हैं ॥ ३३ ॥ सौ आरे, सौ पत्ते और विस्तीर्ण पंखुड़ियों से युक्त हृदय-कमल पर सूर्य, चन्द्रमा

और अग्नि का एक के ऊपर एक करके दर्शन करे । कमल के विकसित होने से सूर्य, चन्द्र, अग्नि का बोध होता है । इनके बीज को ग्रहण करने से स्थिर आत्म-स्थिति प्राप्त होती है ॥ ३४—३५ ॥

त्रिस्थानं च त्रिमार्गं च त्रिब्रह्मा च त्रयाक्षरम् ।  
 त्रिमात्रमर्धमात्रं वा यस्तं वेद स वेदवित् ॥३६॥  
 तैलधारामिवाच्छिन्नं दीर्घघण्टानिनादवत् ।  
 अवाच्यं प्रणवस्याग्रं यस्तं वेद स वेदवित् ॥३७॥  
 यथैवोत्पेलनालेन तोयमाकर्षयेन्नरः ।  
 तथैवोत्कर्षयेद्वायुं योगी योगपथे स्थितः ॥३८॥  
 अर्धमात्रात्मकं कृत्वा कोशभूतं तु पङ्कजम् ।  
 कर्षयेन्नालमात्रेण भ्रूवोर्मध्ये लयं नयेत् ॥३९॥  
 भ्रूमध्ये तु ललाटे तु नासिकायास्तु मूलतः ।  
 जानीयादमृतस्थानं तद्ब्रह्मायतनं महत् ॥४०॥

तीन स्थान, तीन पात्र, तीन ब्रह्म, तीन अक्षर, तीन मात्रा  
 और अर्धमात्रा में जो इनको जानता है वह वेदज्ञ है ॥ ३३ ॥ तेल की  
 धार के समान अविच्छिन्न और दीर्घ घण्टानिनाद के सदृश्य विन्दु,  
 नाद, कला से अतीत को जो जानता है वह वेदज्ञ है ॥ ३७ ॥ जिस  
 प्रकार कमल की नाल से जल को खींच लिया जाता है, उसी प्रकार  
 वायु को खींचकर योगी योग साधन करे ॥ ३८ ॥ सम्पुटित कमल को  
 अर्धमात्रा रूप करके वायु को सुषुम्ना द्वारा खींचकर अक्रुटी स्थान में  
 लय करे ॥ ३९ ॥ भीहों के मध्य में ललाट स्थान में, जहाँ नासिका  
 का मूल है, वहाँ पर अमृत स्थान है, वही ब्रह्म का महान स्थान  
 है ॥ ४० ॥

आसनं प्राणसंरोधः प्रत्याहारश्च धारणा ।  
 ध्यानं समाधिरेतानि योगाङ्गानि भवन्ति षट् ॥४१॥  
 आसनानि च तावन्ति यावन्त्यो जीवजातयः ।  
 एतेषामतुलान्भेदान् विजानाति महेश्वरः ॥४२॥  
 सिद्धं भद्रं तथा सिंहं पद्मं चेति चतुष्टयम् ।  
 आधारं प्रथमं चक्रं स्वाधिष्ठानं द्वितीयकम् ॥४३॥  
 योनिस्थानं तयोर्मध्ये कामरूपं निगद्यते ।  
 आधारस्थे गुदस्थाने पङ्कजं यच्चतुर्दलम् ॥४४॥  
 तन्मध्ये प्रोच्यते योनिः कामाख्या सिद्धवन्दिता ।  
 योनिमध्ये स्थितं लिंगं पश्चिमाभिमुखं तथा ॥४५॥

आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि—  
 ये योग के छः अंग हैं ॥ ४१ ॥ संसार में जितनी जीव योनियाँ हैं  
 उतने ही प्रकार के आसन हैं, इनके बहुसंख्यक भेदों को महेश्वर ही  
 जानते हैं ॥ ४२ ॥ सिद्ध, भद्र, सिंह, पद्म चार मुख्य आसन हैं । प्रथम  
 चक्र आधार है और दूसरा स्वाधिष्ठान है ॥ ४३ ॥ इन दोनों के मध्य  
 में कामरूप योनिस्थान है । गुदास्थान में जो आधार-चक्र है उसमें  
 चार दल वाला कमल है । उसके मध्य में काम नाम वाली योनि है  
 जिसकी वन्दना सिद्ध करते हैं । योनि के मध्य में पश्चिमाभिमुख लिङ्ग  
 वर्तमान है ॥ ४४—४५ ॥

मस्तके मणिवद्भित्तं यो जानाति स योगवित् ।  
 तप्तचामीकराकरं तडिल्लेखेव विस्फुरत् ॥४६॥  
 चतुरस्त्रमुपर्यग्रेरघो मेढ्रात्प्रतिष्ठितम् ।  
 स्वशब्देन भवेत्प्राणः स्वाधिष्ठानं तदाश्रयम् ॥४७॥  
 स्वाधिष्ठानं ततश्चक्रं मेढ्रमेव निगद्यते ।  
 मणिवत्तन्तुना यत्र वायुना पूरितं वपुः ॥४८॥

तन्नाभिमण्डलं चक्रं प्रोच्यते मणिपूरकम् ।  
 द्वादशारमहाचक्रे पुण्यपापनियन्त्रितः ॥४६  
 तावज्जीवो भ्रमत्येवं यावत्तत्त्वं न विन्दति ।  
 ऊर्ध्वं मेढ्रादधो नाभेः कन्दो योऽस्ति खगाण्डवत् ॥४७  
 तत्र नाड्यः समुत्पन्नाः सहस्राणि द्विसप्ततिः ।  
 तेषु नाडीसहस्रेषु द्विसप्ततिरुदाहृता ॥४८

उसके मस्तक में जो मणि के समान प्रकाश है उसे योगीजन  
 ही जानते हैं । तप्त सुवर्ण के से वर्ण वाला और बिजली की धारा के  
 समान सुप्रकाशित, अग्नि स्थान से चार अंगुल ऊर्ध्व और मेढ्र स्थान  
 के नीचे स्वशब्दयुक्त प्राण स्थित है, जो स्वाधिष्ठान चक्र के आश्रय में  
 रहता है ॥ ४६—४७ ॥ मेढ्र के मूल में स्वाधिष्ठान चक्र है । वहाँ  
 मणि के तन्तु के समान वायु से पूर्ण शरीर है ॥ ४८ ॥ नाभिमण्डल  
 में जो चक्र है वह मणिपूरक कहा जाता है । वहीं पर बारह आरा वाले  
 महाचक्र में पुण्य-पाप का नियंत्रण होता है ॥ ४९ ॥ जब तक जीव  
 इस तत्त्व को नहीं जान लेता तब तक उसे भ्रमते रहना पड़ता है ।  
 मेढ्र से ऊपर और नाभि से नीचे पक्षी के अण्डे के आकार वाला कन्द है,  
 उसी से बहतर हजार नाड़ियाँ निकली हैं, जिनमें से बहतर को मुख्य  
 कहा गया है ॥ ५०—५१ ॥

प्रधानाः प्राणवाहिन्यो भूयस्तत्र दश स्मृताः ।  
 इडा च पिंगला चैव सुषुम्ना च तृतीयका ॥५२  
 गान्धारी हस्तिजिह्वा च पूषा चैव यशस्विनी ।  
 अलम्बुसा कुहुरत्र शङ्खिनी दशमी स्मृता ॥५३  
 एवं नाडीमयं चक्रं विज्ञेयं योगिनां सदा ।  
 सततं प्राणवाहिन्यः सोमसूर्याग्निदेवताः ॥५४  
 इडापिंगलासुषुम्नास्तिस्रो नाड्यः प्रकीर्तिताः ।  
 इडा वामे स्थिता नाडी पिङ्गला दक्षिणे स्थिता ॥५५

सुषुम्ना मध्य देशस्था प्राणमार्गास्त्रयः स्मृताः ।

प्राणोऽपानः समानश्चोदानो व्यानस्तथैव च ॥५६

नागः कूर्मः कृकरको देवदत्तो घनञ्जयः ।

प्राणाद्याः पञ्च विख्याता नागाद्याः पञ्च वायवः ॥५७

इस बहत्तर में से दश प्रधान नाड़ियाँ प्राण को चलाने वाली कही गई हैं जो इस प्रकार हैं—इडा, पिङ्गला, सुषुम्ना, गान्धारी, हस्तिजिह्वा, पूषा, यमस्विनी, अलम्बुसा, कुहू और शङ्खिनी ॥ ५२—५३ ॥ योगियों को इस नाड़ी-चक्र का ज्ञान होना परमावश्यक है । इनमें इडा, पिङ्गला और सुषुम्ना ये तीन नाड़ियाँ सूर्य, चन्द्र, अग्नि-देवताओं द्वारा प्रतिष्ठित हैं और प्राण सदैव इन्हीं में चला करता है । इडा बायीं और, पिङ्गला दाहिनी ओर, सुषुम्ना दोनों के मध्य में स्थित है, ये तीनों प्राण के मार्ग स्वरूप हैं । प्राण, अपान, समान, उदान, व्यान, नाग, कूर्म, कृकर, देवदत्त, घनञ्जय—इस प्रकार ये प्राणादि पाँच और नागादि पाँच वायु प्रसिद्ध हैं ॥ ५४—५७ ॥

एते नाडीसहस्रेषु वर्तन्ते जीवरूपिणः ।

प्राणापानवशो जीवो ह्यधश्चोर्ध्वं च धावति ॥५८

वामदक्षिणमार्गेण चञ्चलत्वान्न दृश्यते ।

आक्षिप्तो भुजदण्डेन यथोच्चलति कन्दुकः ॥५९

प्राणापानसमाक्षिप्तस्तद्वज्जीवो न विश्रमेत् ।

अपानात्कर्षति प्राणोऽपानः प्राणाच्च कर्षति ॥६०

खगरज्जुवदित्येतद्यो जानाति स योगवित् ।

हकारेण वह्निर्याति सकारेण विशेषतुनः ॥६१

हंसहंसेत्यमुं मन्त्रं जीवो जपति सर्वदा ।

शतानि षड् दिवारात्रं सहस्राण्येकविंशतिः ॥६२

एतत्संख्याऽन्वितं मन्त्रं जीवो जपति सर्वदा ।

अजपा नाम गायत्री योगिनां मोक्षदा सदा ॥६३

इस प्रकार ये वायु जीव रूप से सहस्रों नाड़ियों में रहते हैं । प्राण और वायुओं के वश में पड़कर जीव ऊपर नीचे आता-जाता रहता है । वह कभी वाएँ और कभी दाहिने मार्ग से चलता है, पर खखल होने से दिखाई नहीं पड़ता । जैसे हाथों से इधर-उधर फेंकी हुई गेंद दोड़ती रहती है, इसी प्रकार प्राण और अपान वायुओं के फेंकने से जीव को कहीं विश्राम का स्थान नहीं मिलता । अपान प्राण को खींचता है और प्राण अपान को खींचता है, उसी प्रकार जैसे रस्सी में बँधा हुआ पक्षी खींच लिया जाता है । इस रहस्य को जो जानता है वह योगी है । यह प्राण 'ह'कार ध्वनि द्वारा बाहर जाता है और 'स'कार से भीतर आता है । इस प्रकार जीव सदा 'हँस-हँस' मन्त्र का जप करता रहता है और एक दिन रात्रि में इस जप की संख्या इक्कीस हजार छः सौ होती है । इसको अजपा गायत्री कहते हैं, यह योगियों के लिए मोक्ष प्रदायिनी है ॥ ६०—६३ ॥

अस्याः संकल्पमात्रेण नरः पापैः प्रमुच्यते ।

अनया सहशी विद्या अनया सहशो जपः ॥६४

अनया सदृशं पुण्यं न भूतं न भविष्यति ।

येन मार्गेण गन्तव्यं ब्रह्मस्थानं निरामयम् ॥६५

मुखेनाच्छाद्यं तद्द्वारं प्रसुप्ता परमेश्वरी ।

प्रबुद्धा वह्नियोगेन मनसा मरुता सह ॥६६

सूचिवद्गुणमादाय प्रजत्यूह्वं सुषुम्नया ।

सद्धाटयेत्कपाटं तु यथा कुञ्चिकया हठात् ॥६७

कुण्डलिन्या तथा योगी मोक्षद्वारं विभेदयेत् ॥६८

कृत्वा संपुटितौ करौ दृढतरं बध्वाऽथ पद्मासनं  
गाढं वक्षसि सन्निधाय चुबुकं ध्यानं च तच्चेतसि ।  
वारवारमपानमूर्ध्वमनिलं प्रोच्चारयन्पूरितं  
मुञ्चन्प्राणमुपैति बोधमतुलं शक्तिं प्रभावान्नरः ॥६६॥  
पद्मासनस्थितो योगी नाडीद्वारेषु पूरयन् ।  
मारुतं कुम्भयन्त्यस्तु स मुक्तो नात्र संशयः ॥७०॥

इस अजपा गायत्री के संकल्प मात्र से मनुष्य पापों से छूट जाता है । न तो इसके समान कोई विद्या है, न जप है, न कोई पुण्य है, न हो सकता है । इसके द्वारा मनुष्य बिना कठिनाई के ब्रह्म-स्थान तक पहुँच जाता है ॥ ६४—६५ ॥ परमेश्वरी-शक्ति उस मार्ग को अपने मुख से ढक कर सोई हुई है । वह बल्लियोग द्वारा जाग्रत होती है और तब सुषुम्ना में मन और प्राण वायु सहित ऊपर जाती है, उसी प्रकार जैसे सुई तागे को ले जाती है और जैसे ताली से द्वार को खोल लिया जाता है वैसे ही योगी कुण्डलिनी शक्ति द्वारा मोक्ष द्वार को खोलते हैं ॥ ६६—६८ ॥ हाथों को सम्पुटित करके, दृढ़तापूर्वक पद्मासन लगाकर, ठोड़ी से उस प्रदेश को मजबूती से दबाकर, ब्रह्म का चित्त में ध्यान करते हुए, अपान वायु को बारम्बार ऊपर की ओर चलाता हुआ और खींची हुई प्राणवायु को नीचे लेता हुआ साधक कुण्डलिनी शक्ति के प्रभाव को अनुभव करता है ॥ ६६ ॥ जो योगी पद्मासन पर स्थित होकर नाड़ियों में वायु को भर कर कुम्भक द्वारा रोकता है वह निःसंशय रूप से मुक्ति पाता है ॥ ७० ॥

अङ्गानां मर्दनं कृत्वा श्रमजातेन वारिणा ।  
कट्वम्ललवणत्यागी क्षीरपानरतः सुखी ॥७१॥  
ब्रह्मचारी मिताहारी योगी योगपरायणः ।  
अब्दादूर्ध्वं भवेत्सिद्धो नात्र कार्या विचारणा ॥७२॥

कन्दोर्ध्वकुण्डलीशक्तिः स योगी सिद्धिभाजनम् ।  
 आानप्राणयोरैक्यं क्षयान्मूत्रपुरीषयोः ॥ ७३  
 युवा भवति वृद्धोऽपि सततं मूलबन्धनात् ।  
 पाणिभागेन संपीड्य योनिमाकुञ्चयेद्गुदम् ॥ ७४  
 अपानमूर्ध्वमुत्कृष्य मूलबन्धोऽप्यमुच्यते ।  
 उड्डियाणं कुरुते यस्मादविश्रान्तमहाखगः ॥ ७५  
 उड्डियाणं तदेव स्यात्तत्र बन्धो विधीयते ।  
 उदरे पश्चिमं ताणं नाभेरूर्ध्वं तु कारयेत् ॥ ७६

अन करने से जो पक्षीना निकले उसे शरीर में ही मल लेना चाहिये; कटु, अम्ल और तप्तक को त्याग कर दूध का भोजन करना चाहिये । इस प्रकार साधन करने वाला मित।हारी, भ्रष्टचारी योगी एक वर्ष के भीतर सिद्धि प्राप्त कर लेता है, इसमें संशय नहीं ॥७१-७२॥  
 बन्द के ऊर्ध्वभाग में रहने वाली कुण्डलिनी द्वारा योगी निश्चय रूप से सिद्ध होता है । नियमित रूप से मूलबन्ध का अभ्यास करने से प्राण और अपान की एकता होती है, मल-मूत्र कम हो जाता है और वृद्ध भी युवा हो जाता है । एही से योनि स्थान को दबा कर गुदा को आकुञ्चित करे और अपानवायु को ऊपर की तरफ खींचे । इसको मूलबन्ध करते हैं । अब उड्डियाण की विधि कहते हैं कि जिस प्रकार महाखग विश्राम करता है उस प्रकार होकर उदर की पश्चिम 'ताण' को नामि के ऊपर करे ॥७३-७६॥

उड्डियाणोऽप्ययं बन्धो मृत्युमातङ्गकेसरी ।  
 वध्नाति हि शिरोजातमधोगामिनभोजलम् ॥ ७२  
 ततो जालन्धरो बन्धः कण्ठदुःखीवनाशनः ।  
 जालन्धरे कृते बन्धे कण्ठसंकोचलक्षणो ॥ ७८



न पीयूषं पतत्यग्नी न च वायुः प्रधावति ।  
 कपालकुहरे जिह्वा प्रविष्टा विपरीतगा ॥ ७६  
 भ्रुवोरन्तर्गता दृष्टिर्मुद्रा भवति खेचरी ।  
 न रोगो मरणं तस्य न निद्रा न क्षुधा तृषा ॥ ८०

यह उड्डियाण बन्ध मृत्यु के लिये ऐसा ही है जैसे हाथी के लिए सिंह । अब जालन्धर बन्ध को कहते हैं जिससे शिरोकाश से उत्पन्न होने वाले जल ( अमृत ) को ऊपर ही रोक दिया जाता है और इस प्रकार कर्म बन्धन और क्लेशों को निवारण किया जाता है । जालन्धर बन्ध में कण्ठ का संकोचन किया जाता है जिससे अमृत अग्नि में नहीं गिरता और वायु नहीं दौड़ता । अब खेचरी को बतलाते हैं कि जिह्वा को लौटाकर कपाल कुहर में ले जाय और दोनों भौंहों के मध्य में दृष्टि जमाकर रखे । इसके अभ्यास से रोग और मरण का भय जाता रहता है और निद्रा, भूख, प्यास भी नहीं सताती ॥ ८० ॥

न च मूर्च्छा भवेत्तस्य यो मुद्रा वेत्ति खेचरीम् ।  
 पीड्यते न च रोगेण लिप्यते न च कर्मणा ॥ ८१  
 बध्यते न च कालेन यस्य मुद्राऽस्ति खेचरी ।  
 चित्तं चरति खे यस्माज्जिह्वा भवति खेगता ॥ ८२  
 तेनैषा खेचरी नाम मुद्रा सिद्धनमस्कृता ।  
 खेचर्या मुद्रया यस्य विवरं लम्बिकोऽर्धतः ॥ ८३  
 विन्दुः क्षरति नो यस्य कामिन्यालिङ्गितस्य च ।  
 यावद्विन्दुः स्थितो देहे तावन्मृत्युभयं कुतः ॥ ८४  
 यावद्वद्धा नभोमुद्रा तावद्विन्दुर्न गच्छति ।  
 गलितोऽपि यदा विन्दुः संप्राप्तो योनिमण्डले ॥ ८५

अजत्यूर्ध्वं हठाच्छवत्या निवद्धो योनिमुद्रया ।  
स एव द्विविधो विन्दुः पाण्डुरो लोहितस्तथा ॥ ८६  
पाण्डुरं शुक्लमित्याहुर्लोहिताख्यं महारजः ।

विद्रुमद्रुमसंकाशं योनिस्थाने स्थितं रजः ॥ ८७  
शशिस्थाने वसेद्विन्दुस्तयोरैक्यं सुदुर्लभम् ।  
विन्दुः शिवो रजः शक्तिर्विन्दुरिन्दू रजो रविः ॥ ८८

जो खेचरी को जानता है उसे भ्रूछी नहीं होती, न रोगों से पीड़ित होता है, न कर्मों में लिप्त रहता है । जिसका चित्त खेचरी मुद्रा के साधन से आकाश में रहता है और जिह्वा की आकाशगामिनी होती है वह काल के बन्धन में नहीं पड़ता ॥८१-८२॥ इसलिए इस खेचरी मुद्रा को सिद्ध योगी नमस्कार करते हैं । खेचरी मुद्रा द्वारा जिसने तालू के छेद को बन्द कर लिया है, उसका वीर्य क्षय नहीं होता चाहे वह स्त्री का आलिंगन ही क्यों न करे और जब तक वीर्य देह में स्थित है तब तक मृत्यु का भय कंसा ? ॥८३-८४॥ जब तक खेचरी मुद्रा रहेगी तब तक वीर्य पतन नहीं हो सकता और यदि किसी प्रकार वीर्य स्खलित होकर योनिस्थान में चला भी जाय तो योनिमुद्रा द्वारा उसे शक्तिपूर्वक फिर ऊपर की तरफ खींच लिया जाता है । वह वीर्य प्रवेत तथा रक्तवर्ण—दो प्रकार का होता है । श्वेतवर्ण वाला शुक्ल कहा जाता है और लाल रङ्ग वाला महाराज कहलाता है । मूत्रों के समान रङ्ग वाला रज ( योगी के ) योनि स्थान में स्थित है और शुक्ल चन्द्रस्थान में रहता है । उन दोनों का एक होना बड़ा कठिन है । शुक्ल शिव रूप है और रज शक्ति रूप है, वीर्य चन्द्रमा है और रज सूर्य है ॥८५-८८॥

उभयोः संगमादेव प्राप्यते परमं वपुः ।

वायुना शक्ति चालेव प्रेरितं खे यथा रजः ॥ ८९

रविणैकत्वमायाति भवेद्दिव्यवपुस्तदा ।

शुक्लं चन्द्रेण संयुक्तं रजः सूर्यसमन्वितम् ॥ ६०

द्वयोः समरसीमावं यो जानाति स योगधित् ।

शोधनं मलजालानां घटनं चन्द्रसूर्ययोः ॥ ६१

रसानां शोषणं सम्यक् महामुद्राऽभिधीयते ॥ ६२

वशोन्यस्तहनुनिपीड्य सुषिरं योनेश्च वामाङ्घ्रिणा ।

हस्ताभ्यामनुधारयन् प्रविततं पादं तथा दक्षिणम् ।

आपूर्य श्वसनेन कुक्षियुगलं बध्वा शनं रेचये—

देवा पातक नाशिनी ननु महामुद्रा नृणां प्रोच्यते ॥ ६३

इन दोनों के संयोग से परम देह प्राप्त होती है । वायु द्वारा शक्ति को चलिता करने से जब रज आकाश को प्रेरित होता है और सूर्य के साथ मिल जाता है तब शरीर दिव्य हो जाता है । शुक्ल वर्ण विन्दु चन्द्रमा से संयुक्त है और रज सूर्य से समन्वित है, जो इन दोनों की समरसता ( एकता ) को जाता है वह योगवित् है । मलों के शोषन के लिए चन्द्र और सूर्य का संयोग किया जाता है । अब रसों का सम्यक प्रकार शोषण करने वाली महामुद्रा को कहते हैं । छाती को ठोड़ी से दबाकर और बाँगी एड़ी से योनिस्थान को दबाकर तथा फैलाये हुए दूसरे पैर को पकड़ कर, दोनों कुक्षियों को बाँधकर भरी हुई श्वास को धीरे-धीरे छोड़े—इसको पापनाशिनी महामुद्रा कहा जाता है ॥ ६०-६३॥

अयात्मनिर्णयं व्याख्यास्ये—हृदि स्थाने अष्टदलपद्मं वर्तते तन्मध्ये रेखावलयं कृत्वा जीवात्मरूपं ज्योतीरूपमणुमात्रं वर्तते । तस्मिन्सर्वं प्रतिष्ठितं भवति सर्वं जानाति सर्वं करोति सर्वमेतच्च-

रितमहं कर्तुः। हं भोक्ता सुखी दुःखी काणः खंजो बधिरो मूकः  
 कुशः स्थूलोज्जेन प्रकारेण स्वतन्त्रवादेन वर्तते । पूर्वदले विश्र-  
 मते पूर्वदलं श्वेतवर्णं तदा भवितपुरः सरं धर्मं मतिर्भवति ।  
 यदाऽऽग्नेयदले विश्रमते तदाग्नेयदलं रक्तवर्णं तदा निद्रालस्य-  
 मतिर्भवति । यदा दक्षिणदले विश्रमते तद्दक्षिणदलं कृष्णवर्णं  
 तदा द्वेपकोपमतिर्भवति । यदा नैऋतदले विश्रमते तन्नैऋत-  
 दलं नीलवर्णं तदा पापकर्महिंसामतिर्भवति ॥ यदा पश्चिम-  
 दले विश्रमते तत्पश्चिमदलं स्फटिकवर्णं तदा क्रीडा विनोदमति-  
 र्भवति । यदा वायव्यदले विश्रमते वायव्यदलं माणिक्यवर्णं  
 तदा गमन चालनवैराग्यमतिर्भवति । यदोत्तरदले विश्रमते  
 तदुत्तरदलं पीतवर्णं तदा सुखशृङ्गारमतिर्भवति । यदेशानदले  
 विश्रमते तदीशानदलं वैडूर्यवर्णं तदा दानादिकृपा मतिर्भवति ।  
 यदा संधिसंधिषु मतिर्भवति तदा वातपित्तश्लेष्ममहाव्यधि  
 प्रकोपो भवति । यदा मध्ये तिष्ठति तदा सर्वं जानाति गायति  
 नृत्यति पठत्यनन्दं करोति । यदा नेत्रधमो भवति श्रमनिर्ह-  
 रणार्थं प्रथमरेखावलयं कृत्वा मध्ये किमज्जनं कुरुते प्रथम-  
 रेखा बन्धूकपुष्पवर्णं तदा निद्रावस्था भवति । निद्रावस्थामध्ये  
 स्वप्नावस्था भवति । स्वप्नावस्थामध्ये दृष्टं श्रुतमनुमानसंभव-  
 वार्ता इत्यादिकल्पनां करोति तदादिश्रयो भवति । श्रमनिर्ह-  
 रणार्थं द्वितीयरेखावलयं कृत्वा मध्ये निमज्जनं कुरुते द्वितीय-  
 रेखा इन्द्रकोपवर्णं तदा सुषुप्त्यावस्था भवति सुषुप्ती केवल-  
 परमेश्वरसम्बन्धिनी बुद्धिर्भवति नित्यबोधस्वरूपा भवति पश्चा-  
 त्परमेश्वररूपेण प्राप्तिर्भवति । तृतीयरेखावलयं कृत्वा मध्ये  
 निमज्जनं कुरुते तृतीयरेखा पद्मरागवर्णं तदा तुरीयावस्था  
 भवति तुरीये केवलपरमात्म संबन्धिनी मतिर्भवति नित्यबोध-  
 स्वरूपो भवति तदा ॥

ज्ञानैः ज्ञानैरुपरमेद्वबुद्धया धृतिगृहीतया ।

आत्मसंस्थं मनः कृत्वा न किञ्चिदपि चिन्तयेत् ॥

तदा प्राणापानयोरैक्यं कृत्वा सर्वं विश्वमात्मस्वरूपेण लक्ष्यं धारयति यदा तुरीयातीतावस्था तदा सर्वेषामानन्दस्वरूपी भवति द्वन्द्वातीतो भवति यावद्देहधारणा वर्तन्ते तावत्तिष्ठति पश्चात्परमात्मस्वरूपेण प्राप्तिर्भवति इत्यनेन प्रकारेण मोक्षो भवतीदमेवात्मदर्शनोपायं भवति ॥

चतुष्पथसमायुक्तमहाद्वारगवायुना ।

सहस्थित त्रिकोणोऽङ्गमने दृश्यतेच्युतः ॥ ६४

अब आत्मा के निर्णय के विषय में विचार करते हैं । हृदय स्थान में अष्टदल कमल है, उसमें रेखाओं का आश्रय लेकर जीवात्मा ज्योतिरूप अणुमात्र रूप में रहता है । उसी में सब कुछ प्रतिष्ठित है, वही सब कुछ जानता है, सब कुछ करता है । वही ऐसा विचार करता है कि मैं सब चरित्रों का करता हूँ, भोक्ता हूँ, सुखी, दुखी, काना खंज, बहिरा, गूँगा, दुबला, मोटा हूँ । इस प्रकार वह स्वतन्त्रता का व्यवहार करता है । उस कमल का पूर्वदल श्वेत वर्ण का है और उसमें निवास करने से भक्ति और धर्म में मति रहती है । तब आग्नेय दिशा के रक्त वर्ण के दल में निवास होता है तब निद्रा और आलस्य में मति होती है । जब दक्षिण वाले कृष्ण-दल में निवास करते हैं तब द्वेष और कोप की मति होती है । जब नैऋत्य दिशा के नील-वर्ण दल में निवास करता है तब पापकर्म और हिंसा में मति रहती है । जब पश्चिम के स्फटिक वर्ण वाले दल में निवास करता है तब

क्रीड़ा, विनोद में मति रहती है । जब वायव्यकोण के भाणिक्य के से रङ्ग वाले दल में निवास करता है तब चलने और वैराग्य की भावना होती है । जब उत्तर के पीतवर्ण दल में निवास करता है तब सुख, शृङ्गार में मति होती है । जब ईशानकोण के वैदूर्यमणि के वर्ण के दल में निवास करता है तब दानादि, कृपा करने में मति रहती है । जब संधियों की संधि में मति रहती है तब धात, पित्त, कफ सम्बन्धी महा-व्याधियों का प्रकोप होता है । जब मध्य में मति रहती है तब सब जानने गाने, नृत्य करने, पढ़ने, आनन्द करने में लगी रहती है । जब नेत्र को श्रम होता है तो उसे दूर करने के उद्देश्य से प्रथम रेखा के मध्य में डुबकी लगाती है जिससे निद्रावस्था होती है । वह प्रथम रेखा बन्धूक पुष्प के रङ्ग वाली है । निद्रावस्था के मध्य में ही स्वप्न अवस्था रहती है । स्वप्न में देखी हुई सुनी हुई, अनुमान की हुई, बातों की कल्पना की जाती है तो उससे श्रम होता है । उस श्रम के दूर करने के हेतु दूसरी रेखा के मध्य में डुबकी लगाती है जिसका वर्ण धीर-बहूटी का सा है । तब सुपुष्टि अवस्था होती है जिसमें बुद्धि ईश्वर के सम्बन्ध वाली तथा नित्य बोधरूप होती है, इससे धाद में परमेश्वर की प्राप्ति होती है । जब दूसरी पद्मराग के वर्ण वाली रेखा के मध्य में डुबकी लगाई जाती है तब तुरीयावस्था होती है । तुरीया में बुद्धि परमात्मा से सम्बन्ध वाली और नित्य बोधरूप होती है । तब शनः शनः सबसे पृथक् होकर धैर्ययुक्त हो मन को आत्मा में स्थित करे और अन्य कुछ भी चिन्तन न करे । तब प्राण अपान में एक्यभाव स्थापित करके समस्त विश्व को आत्मरूप समझते हुये उसी का लक्ष्य रखा जाता है । जब तुरीयातीत अवस्था प्राप्त हो जाती है तब सब आनन्दरूप होकर द्वन्द्वभाव मिट जाता है । इसके पश्चात् प्रारब्ध को पूरा करने की अवधि तक ही जीव देह में ठहरता है फिर परमात्मतत्त्व में मिल जाता है । यही मोक्ष प्राप्ति का मार्ग है और इसी मार्ग से आत्म-दर्शन होता है । चारों

पथ संयुक्त महाद्वार में जाने वाले वायु के साथ स्थित होंकर, अर्ध त्रिकोण में होकर अव्युत दिखाई देता है ॥६४॥

पूर्वोक्तत्रिकोणस्थानादुपरि  
पृथिव्यादिपञ्चवर्णकं ध्येयम् ।

प्राणादिपञ्चावायुश्च बीजं वर्णं च स्थानकम् ।

यकारं प्राणबीजं च नीलजीमूतसन्निभम्

रकारमग्निबीजं च अपानादित्यसन्निभम् ॥ ६५

लकारं पृथिवीरूपं व्यानं वज्रकसन्निभम् ।

वकार जीवबीजं च उदानं शङ्खवर्णकम् ॥ ६६

हकारं वियत्स्वरूपं च समानं स्फटिकप्रभम् ।

हृन्नाभि नासिकाकण्ठपादाङ्गुष्ठादिसंस्थितः ॥ ६७

द्विसप्ततिसहस्राणि नाड्यिः शेषेषु वर्तते ।

अष्टाविंशतिकोटीषु रोमकूपेषु संस्थितः ॥ ६८

समानप्राण एकस्तु जीवः स एक एव हि ।

रेचकादित्रयं कुर्याद्विदचित्तः समाहितः ॥ ६९

शर्नः समस्तमाकृष्य हृत्सरोरुहकोदरे ।

प्राणापानौ च बध्वा तु प्रणवेन समुच्चरेत् ॥ १००

पूर्वोक्त त्रिकोण स्थान के ऊपर पांच वर्ण वाले पृथिवी आदि सत्व ध्यान करने योग्य हैं । बीज, वर्ण और स्थान वाले पांच वायु ध्यान करने योग्य हैं । 'म'कार वायु रूप प्राण का बीज है जो नीले बादल के तुल्य है । 'र'कार आदित्य रूप अपान का बीज है ॥६५॥ 'ल'कार पृथ्वी रूप का ध्यान वज्रक पुष्प के वर्ण

का है । 'व'कार शब्द के वर्ण का जलरूप उदान का बीज है ॥६६॥  
 'ह'कार स्फटिक वर्ण का आकाश के समान है । हृदय, नाभि, नासिका,  
 कान और पैर का अँगूठा समान के स्थान हैं ॥६७॥ यह समान वायु  
 बहत्तर हजार नाड़ियों में तथा शरीर के रोम कूपों तक में रहती है  
 ॥६८॥ समान और प्राण एक ही है, वही एक जीव है । चित्त को भली  
 प्रकार समाहित करके, रेचक, कुम्भक तीनों करे । सब को शनैः-शनैः  
 खींचकर हृदय कमल के कोटर में प्राणवायु और अपानवायु को रोककर  
 प्रणव का उच्चारण करे ॥१००॥

कण्ठसंकोचनं कृत्वा लिङ्गसंकोचनं तथा ।

मूलाधारात्सुषुम्ना च बिसतन्तुनिभा शुभा ॥ १०१

अमूर्तो वर्तते नादो बीणादण्डसमुत्थितः ।

शब्दनादादिभिश्चैव मध्यमेव ध्वनिर्यथा ॥ १०२

व्योमरन्ध्रगतो नादो मायूरं नादमेव च ।

कपालकुहरे मध्ये चतुर्द्वारस्य मध्यमे ॥ १०३

यदात्मा राजते तत्र यथा व्योम्नि दिवाकरः ।

कोदण्डद्वयमध्ये तु ब्रह्मरन्ध्रे तु शक्ति च ॥ १०४

स्वात्मानं पुरुषं पश्येन्मनस्तत्र लय गतम् ।

रत्नानि ज्योत्स्निनाद तु बिन्दु माहेश्वर पदम् ॥ १०५

य एवं वेद पुरुषः स कैवल्यं समुन्नुते ॥ १०६

इत्युपनिषत् ॥

कण्ठ और लिंग का संकोचन करे, फिर मूलाधार से पर्यन्त  
 के समान निकलने वाली सुषुम्ना का संकोचन करे ॥१०१॥ बीणा



से उठने वाला अमूर्त नाद जान पड़ता है, उसी के मध्य में शङ्ख आदि के समान ध्वनि होती है ॥१०२॥ कपाल कुहर के मध्य में चारों द्वारों का मध्य-स्थान है, वहाँ आकाशरन्ध्र में से जाता हुआ नाद मोर के शब्द के तुल्य होता है ॥१०३॥ जैसे आकाश में सूर्य है वैसे ही यहाँ विराजमान है और ब्रह्मरन्ध्र में दो कोदण्ड के मध्य शक्ति विराजमान है ॥१०४॥ वहाँ पुरुष अपने मन को लय करके स्वात्मा को देखे, वहाँ रत्नों की ज्योति रूप नाद विन्दु महेश्वर का पद है । जो इसको जानता है वह कैवल्य को प्राप्त करता है । यह उपनिषद् है ॥१०५-१०६॥

॥ ध्यानविन्दूपनिषद् समाप्त ॥



## अक्षमालिकोपनिषत्

ॐ वाङ् मे मनसि प्रतितिष्ठता मनो मे वाचि प्रतितिष्ठता-  
विरावीर्म एधि वेदस्य म आणोस्यः श्रुतं मे माप्रहासीरनेना-  
धीतेनाहोरात्रात्संदधाम्यृतं वदिष्यामि । सत्यं वदिष्यामि ।  
तन्मामवतु । तद्वक्तारमवतु । अवतुमाम । अवतु वक्तारमवतु  
वक्तारम् । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

शान्तिपाठ — ॐ । मेरी वाणी मन में स्थिर हो, मन वाणी में स्थिर  
हो, हे स्वयं प्रकाश आत्मा ! मेरे सम्मुख तुम प्रकट होओ । हे वाणी  
और मन ! तुम दोनों मेरे वेद ज्ञान के आधार हो, इसलिये मेरे  
वेदाभ्यास का नाश न करो । इस वेदाभ्यास ही मैं रात्रि-दिन व्यतीत  
करता हूँ । मैं ऋतु भापण करूँगा, सत्य भापण करूँगा, मेरी रक्षा करो,  
वक्ता की रक्षा करो, मेरी रक्षा करो, वक्ता की रक्षा करो, वक्ता की  
रक्षा करो । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

अथ प्रजापतिगुहं पप्रच्छ—भो भगवन् अक्षमालाभेदविधिं  
ब्रूहीति । सा किलक्षणा कतिभेदा अस्याः कति सूत्राणि कथं  
घटनाप्रकारः के वर्णाः का प्रतिष्ठा कंपाऽधिदेवता हि फलं चेति

॥१॥

तं गुहः प्रत्युवाच—प्रवालमीकिनकस्फटिकशंखरजताष्टा-  
पदचन्दनपुत्रजीविकावज्रसुद्रार्क्षा इत्यादिक्षान्तरमूर्तिसविधानुभावाः  
सौवर्णं राजतं ताम्रं चेति सूत्रत्रयम् । तद्वित्रे सौवर्णं तद्दक्षपाश्वर्यं  
राजतं तद्वामे ताम्रं तन्मुखे मुखं तत्पुच्छे पुच्छं तदन्तरावर्तनक्रमेण  
योजयेत् ॥२॥

यदस्यान्तरं सूत्रं तद्व्रह्म । यदक्षपाश्वं तच्छैवम् । यद्रामे  
तद्वैष्णवम् । यन्मुखं सा सरस्वती । यत् पुच्छं सा गायत्री । यत्  
सुषिरं सा विद्या । या ग्रन्थिः सा प्रकृतिः । ये स्वरास्ते धवलाः ।  
ये स्पर्शास्ते पीताः । ये परास्ते रक्ताः ॥३॥

किसी समय प्रजापति ने गृह से पूछा—हे भगवन् !  
अक्षमाला की भेद-विधि को कहिए । उसका क्या लक्षण है ? कितने  
भेद हैं ? इसके कितने सूत्र हैं ? कैसे घटना प्रकार है ?  
( पिराने का प्रकार ) कौन अक्षर हैं ? क्या प्रतिष्ठा है ? और कौन  
इसका अधिदेवता है ? और क्या फल है ? ॥ १ ॥ तब  
उन्हें गृह ने उत्तर दिया—प्रवाल, मोती, स्फटिक, शंख, चाँदी, सोना  
चंदन, पुत्र जीविका, कमल तथा रुद्राक्ष ये दस प्रकार की होती है जो  
कि अ से लेकर क्ष तक के अक्षरों से अनुभावित करके  
धारण की जाती है । इसमें सोना, चाँदी तथा ताँबा ये तीन सूत्र होते  
हैं । उस ( मणिके ) के छेद में सोना, दाहिने भाग में चाँदी तथा  
बाँये हिस्से में ताँबा, उसके मुख में मुख, पूँछ स्थान में पूँछ उसके अन्दर  
का सूत्र है वह ब्रह्मा है । जो दाहिने भाग में है वह शैव है । जो बाँये  
हिस्से में है वह वैष्णव है । जो मुख है वह सरस्वती है जो पूँछ है ।  
वह गायत्री है । जो छेद है वह विद्या है । जो गाँठ है  
यह प्रकृति है । जो स्वर है वह सात्विक होने के कारण धवल अर्थात्  
सफेद है तथा जो स्पर्श है वह सत्व तथा तम मिश्रित होने  
के कारण पीले हैं एवं जो पर हैं वे राजस के कारण लाल हैं  
॥ ३ ॥

अथ तां पञ्चभिर्गन्धैरमृतैः पञ्चभिर्गन्धैस्तनुभिः शोध-  
यित्वा पञ्चभिर्गन्धैर्गन्धोदकेन तस्नाप्य तुस्मात् सोङ्कारेण पत्र-

कूर्चेन स्नपयित्वाऽष्टभिर्गन्धैराषिप्य सुमनःस्थले निवेश्याक्षत-  
पुष्पैराराध्य प्रत्यक्षमादिकान्तैर्वर्णैर्भाविष्यत् ॥४॥

ओमंकार मृत्युञ्जय सर्वव्यापक प्रथमेऽक्षे प्रतितिष्ठ ।  
ओमांकाराकर्षणात्मक सर्वगत द्वितीयेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओमिंकार  
पुष्टिदाक्षोभकर तृतीयेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओमींकार वाक्प्रसादकर  
निर्मल चतुर्थेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओमुंकार सर्वबलप्रद सारतर पञ्च-  
मेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओमूंकारोच्चाटनकर द्रुःसह षष्ठेऽक्षे प्रतितिष्ठ ।  
ओमृंकार संक्षोभकर चञ्चल सप्तमेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओमृंकार  
समोहनकरोज्ज्वलाष्टमेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओम्लृंकार विद्वेषणकर  
शूहक नवमेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओम्लृंकार मोहकर दशमेऽक्षे प्रति-  
तिष्ठ । ओमेंकार सर्ववश्यकर शुद्धसत्त्वकादशेऽक्षे प्रतितिष्ठ ।  
ओमैंकार शुद्धसात्विक पुरुषवश्यकर द्वादशेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओमों-  
काराखिलवाङ्मय नित्यशुद्ध त्रयोदशेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओमौंकार  
सर्ववाङ्मय वश्यकर शान्त चतुर्दशेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओमंकार  
गजादिवश्यकर मोहन पञ्चदशेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओमःकार मृत्यु-  
नाशनकर रौद्र षोडशेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं कंकार सर्वविषहर  
कल्याणद सप्तदशेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं खंकार सर्वक्षोभकर व्याप-  
काष्टादशेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं गंकार सर्वविघ्नशमन महत्तरैको-  
नविंशेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं घंकार सौभाग्यद स्तरम्भनकर विंशेऽक्षे  
प्रतितिष्ठ । ओं ङंकार सर्वविषनाशकरोग्रैकविंशेऽक्षे प्रतितिष्ठ ।  
ओं चंकाराभिचारघ्न क्रूर द्वाविंशेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं छंकार  
भूतनाशकर भीषण त्रयोविंशेऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं जंकार

कृत्याऽऽदिनाशकर दुर्धर्षं चतुर्विंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं झंकार  
 भूतनाशकर पञ्चविंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं ञंकार मृत्युप्रमथन  
 षड्विंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं टंकार सबव्याधिहर सुभग सप्तविं-  
 शोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं ठंकार चन्द्ररूपाष्टाविंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ ।  
 ओं डंकार गरुडात्मक विपद्ध्यन शोभनैकोनत्रिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ ।  
 ओं ढंकार सर्वसंपत्प्रद सुभग त्रिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं णंकार  
 सर्वसिद्धिप्रद मोहकरैकत्रिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं तंकार घन-  
 धान्यादिसंपत्प्रद प्रसन्न द्वात्रिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं थंकार  
 धर्मप्राप्तिकर निर्मल त्रयस्त्रिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं दंकार  
 पृष्टिवृद्धिकर प्रियदर्शन चतुस्त्रिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं धंकार  
 विपज्जरनिघ्न विपुल पञ्चत्रिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं नंकार भुक्ति-  
 मुक्तिप्रद शान्त पट्त्रिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं पंकार विपविघ्न-  
 नाशन भव्य सप्तत्रिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं फंकाराणिमादिसिद्धि-  
 प्रद ज्योतीरूपाष्टात्रिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं वंकार सर्वदोषहर  
 शोभनैकोनचत्वारिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं मंकार भूत प्रशान्तिकर  
 मयानक चत्वारिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं मंकार विद्वेपिमोहनकरै-  
 कद्विंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं यंकार सर्वव्यापक पावन  
 द्विचत्वारिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं रंकार दाहकर विकृत  
 त्रिचत्वारिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं लंकार विश्वम्भर भासुद  
 चतुश्चत्वारिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं वंकार सर्वाप्यायकर निर्मल  
 पञ्चचत्वारिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं शंकार सर्वफलप्रद पवित्र  
 षट्चत्वारिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं षंकार धर्मार्थकामद धवल

सप्तचरिशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं संकार सर्वकारण सार्ववर्णि-  
काष्टचत्वारिंशोऽक्षे प्रतितिष्ठ । ओं हुंकार सर्ववाङ्मय निर्मलै-  
कोनपञ्चाशदक्षे प्रतितिष्ठ । ओं लंकार सर्वशक्तिप्रद प्रधान  
पञ्चाशदक्षे प्रतितिष्ठ । ओं क्षकार परापरतत्त्वज्ञापक  
परंज्योतीरूप शिखामणौ प्रतितिष्ठ ॥५॥

इसके बाद उसे नन्दा आदि पाँच गायों के दूध से तथा गी के  
शरीर से उत्पन्न गोमूत्र, गोमय, दूध, दधि, घृत, इन पंचगव्यों से  
शोधित करके, पुनः पंचगव्य ( नन्दादि पाँच गायों के दही मात्र से )  
तथा गन्ध मिश्रित जल से स्नान कराकर ओंकार का उच्चारण  
करते हुए पत्र कूर्च द्वारा स्नान करवा कर, मन्त्र शास्त्र में प्रसिद्ध  
तक्कोल, उशीर कर्पूर आदि आठ गन्धों से लीपकर “मणशिला”  
नामक धातु पर स्थापित कर अक्षत तथा पुष्पों से उसकी पूजा करके  
प्रत्येक अक्ष ( मणके ) को अ से लेकर क्ष तक के अक्षरों  
द्वारा क्रमशः भावित करें ( उनकी उसमें स्थापना करें ) ॥४॥  
ॐ हे ओंकार ! तुम मृत्यु को जीतने वाले हो । सर्व व्यापक इस प्रथम  
अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ॐ हे ओंकार ! तुम आकर्षण शक्ति वाले  
हो, सर्वव्यापी हो, इस दूसरे अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ ।  
ओं हे हुंकार ! तुम पुष्टि ( पोषण ) करने वाले तथा क्षुभिततारहित  
हो तीसरे अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे लंकार ! तुम  
वाणी की स्वच्छता को करने वाले तथा निर्मल हो इस चौथे अक्ष में  
प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे उंकार ! तुम सभी को सभी प्रकार  
के बल देने वाले तथा सारयुक्तों में श्रेष्ठ हो, पाँचवें अक्ष में प्रतिष्ठित  
हो जाओ । ओं हे ऊंकार ! तुम उच्चारण करने वाले तथा  
दुःस्सह ( न सह जा सकने वाले ) हो इस छठे अक्ष में प्रतिष्ठित  
हो जाओ । ओं हे ऋंकार ! तुम संक्षोभ (चलचित्ता) को करने

वाले तथा चंचल हो इस सातवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे ऋंकार ! तुम सम्मोहन करने वाले तथा उज्ज्वल हो इस आठवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे लृंकार ! तुम विद्वेष को उत्पन्न कर देने वाले तथा सब कुछ जानने वाले अत्यन्त गुप्त हो इस नवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे लृंकार ! तुम मोहकारी हो इस दसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे एंकार ! तुम सब को वश में करने वाले तथा शुद्ध सत्य हो इस ग्यारहवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे ऐंकार ! तुम शुद्ध तथा सात्विक हो और पुरुषों को वश में करने वाले हो इस बारहवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ॐ हे ओंकार ! तुम अखिल बाङ्मय (सारे ही अक्षरों के समूह) हो एवं नित्य शुद्ध हो इस तेरहवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ॐ हे ओंकार ! तुम भी अक्षर समूह स्वरूप वश में करने वाले तथा शान्त हो इस चौदहवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ॐ हे अंकार ! हाथी आदमियों को वश में करने वाले एवं मोहित करने वाले हो इस पन्द्रहवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे अंकार ! तुम मृत्यु नाशक तथा रौद्र ( अत्यन्त भयानक ) हो इस सोलहवें अक्ष में प्रतिष्ठा पाओ । हे कंकार ! तुम सभी विषों को हरने वाले तथा कल्याण देने वाले हो इस सत्रहवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे खंकार ! तुम सबको धुमित करने वाले एवं व्यापक हो इस अठ्ठारहवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे गंकार ! तुम सभी विघ्नों को शान्त करने वाले तथा बड़ों में भी बड़े ( विशाल ) हो इस उन्नीसवें अक्ष में प्रतिष्ठा पाओ । ओं हे घंकार ! तुम सोमाग्न्य देने वाले तथा स्तम्भन ( गति को रोकने वाले ) कर्त्ता हो बीसवें अक्ष में प्रतिष्ठा पाओ ) ओं हे ङंकार ! तुम सभी विषों के नाशक तथा उग्र भयानक हो इस इक्कीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे चंकार ! तुम

अभिचार नाशक तथा क्रूर हो बाईसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ ।  
 ओं हे छंकार ! तुम भूत नाशक तथा भयानक हो तेईसवें अक्ष  
 में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे जंकार ! तुम कृत्या आदि  
 ( डाकिनी आदि ) नाशक तथा दुर्धर्ष हो इस चौबीसवें अक्ष में  
 प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे झंकार ! तुम भूतनाशक हो इस पच्चीसवें  
 अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे ञंकार ! तुम मृत्यु को  
 मथित कर देने वाले हो इस छम्बीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ ।  
 ओं हे टंकार ! तुम सभी रोगों के नाशक तथा सौम्य हो इस  
 सत्ताईसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे ठंकार ! तुम चन्द्रस्वरूप  
 हो इस अठ्ठाईसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे डंकार !  
 तुम गरुड़ स्वरूप विषनाशक तथा सुन्दर हो उनसीसवें में प्रति-  
 ष्ठित हो जाओ । ओं हे ढंकार ! तुम सभी तरह की सम्पत्ति-  
 दायक तथा सौम्य हो इस तीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ ।  
 दायक तथा सौम्य हो इस तीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ ।  
 ओं हे णंकार ! तुम सभी सिद्धि देने वाले तथा मोह कर देने वाले  
 हो इस इक्कीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे तंकार ! तुम  
 घनधान्य आदि सम्पत्तिदाता तथा सदा प्रसन्न हो इस बत्तीसवें अक्ष में  
 प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे थंकार ! तुम धर्म की प्राप्ति कराने  
 वाले तथा निर्मल हो इस तेतीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ ।  
 ओं हे दंकार ! तुम पुष्टि तथा बुद्धिकर्ता हो तथा सुन्दर धीखने  
 वाले हो इस चौंतीसवें अक्ष प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे धंकार !  
 तुम विष तथा ज्वर के नाशक हो तथा विशाल ( बहुत ) हो  
 इस पैंतीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे नंकार तुम भोग  
 तथा भोक्षदाता तथा शान्त हो इस छत्तीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो  
 जाओ । ओं हे पंकार ! तुम विष एवं विष्णों के नाशक तथा  
 कल्याणमय हो इन सैंतीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ ।  
 ओं हे फंकार ! तुम अणिमा महिमा गरिमा आदि आठ सिद्धि के



तथा प्रकाश स्वरूप हो, इस अङ्गीसर्वे अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ॐ हे वंकार ! तुम सब दोषों को हरण करने वाले तथा सुन्दर हो, इस उनतालीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ॐ हे मंकार ! तुम नूत बाधा शान्त करने वाले तथा भयानक हो, इन चालीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ॐ हे मकार ! तुम विद्वेष ( वैर ) करने वाले को मोहित करने वाले अथवा विद्वेषी तथा मोह करने वाले हो, इस इकतालीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ॐ हे यंकार ! तुम सब जगह व्यापी तथा पवित्र हो, इस बगालीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । हे रंकार ! तुम दाह ( जलन ) (तपन) उत्पन्न करने वाले तथा विह्वल हो, इस तेतालीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ॐ हे लंकार ! तुम विश्व का पोषण करने वाले तथा तेजस्वी ( चमकने वाले ) हो, इस चौवालीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे वंकार ! तुम सब को तृप्त ( पुष्ट ) करने वाले तथा निर्मल हो इस पैंतालीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ॐ हे शंकार ! तुम सभी प्रकार के फलों के दाता एवं पवित्र हो इस छयालीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे पंकार ! तुम धर्म अर्थ तथा काम को देने वाले तथा श्वेत (सात्विक) हो, इस सैंतालीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे संकार ! तुम सब वस्तुओं के कारण सभी वर्णों से सम्बन्धित इस अड़तालीसवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे हंकार ! तुम सभी सर्व बाङ्गमय ( सब अक्षरों के या साहित्य के स्वरूप ) तथा निर्मल हो, इस उनचासवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे लंकार ! तुम सभी शक्तियों के दाता तथा प्रधान (प्रमुख) हो, इस पंचासवें अक्ष में प्रतिष्ठित हो जाओ । ओं हे शंकार ! तुम परात्पर तत्त्व के बताने वाले तथा परंज्योती स्वरूप हो, इस शिखा मणि में मेरुमाला का प्रवान मणका, प्रतिनिधि रूप से स्थित हो जाओ ॥१॥

अथोवाच ये देवाः पृथिवीषदस्तेभ्यो नमो भगवन्तोऽनु-  
मदन्तु शोभायै पितरोऽनुमदन्तु शोभायै ज्ञानमयीमक्षमालिकाम् ॥६॥

अथोवाच ये देवा अन्तरिक्षदस्तेभ्य ॐ नमो भगवन्तो-  
ऽनुमदन्तु शोभायै पितरोऽनुमदन्तु शोभायै ज्ञानमयीमक्षमालिकाम्  
॥७॥

अथोवाच ये देवा दिविषहस्तेभ्यो नमो भगवन्तोऽनुमदन्तु  
शोभायै पितरोऽनुमदन्तु शोभायै ज्ञानमयीमक्षमालिकाम् ॥८॥

अथोवाच ये मन्त्रा या विद्यास्तेभ्यो नमस्ताभ्यश्चो-  
नमस्तच्छक्तिरस्याः प्रतिष्ठापयति ॥९॥

अथोवाच ये ब्रह्मविष्णुरुद्रास्तेभ्य सगुणेश्वर्यः ओं नमस्त-  
द्वीर्यमस्याः प्रतिष्ठापयति ॥१०॥

वे इस प्रकार बोले—'जो देवता पृथिवी में विचरने वाले हैं उन्हें नमस्कार है। हे भगवन् ! आप लोग इस माला में स्थित हो, इस माला का अनुमोदन ( येरे द्वारा ग्रहण का समर्थन करें ) तथा इसकी शोभा के लिए पितृगण ही अनुमोदन करें। इस ज्ञानमयी अक्षमालिका को प्राप्त कर अग्निष्वात्त आदि पितर अनुमोदन करें ॥ ६ ॥ पुनः बोले—'जो देवता आकाश में रहने वाले हैं, उन्हें नमस्कार है, वे भगवान् पितरों के सहित इसे ज्ञानमयी माला में स्थित हो, इसकी शोभा के लिए अनुमोदन करें ॥ ७ ॥ जो देवता स्वर्ग में ( आकाश में ) निवास करने वाले हैं, वे ज्ञान स्वरूपिणी अक्षमालिका में स्थित हो, वरदान दायक बनकर पितरों सहित इसकी शोभा के लिए अनुमोदन करें ॥ ८ ॥ पुनः इस प्रकार कहे—'इस लोक में जो सात करोड़ संख्यक मन्त्र हैं, जो चौंसठ कला स्वरूप विद्यार्थे हैं, उन्हें नमस्कार है। उनकी शक्तियाँ इसमें विराजमान होवें

॥६॥ पुनः ऐसा कहे—'जो ब्रह्मा विष्णु तथा रुद्र हैं उन्हें नमस्कार है उनके वीर्य को (पराक्रम को) नमस्कार है उनका वीर्य इसमें प्रतिष्ठित हो ॥१०॥

अथोवाच ये सांख्यादित्तत्त्वभेदास्तेभ्यो नमो वर्तध्वं  
वरोधेनुवर्तध्वम् ॥११

अथोवाच ये शैवा वंष्णवाः शाक्ताः शतसहस्रशस्तेभ्यो  
नमो नमो भगवन्तोऽनुमदन्त्वनुगृह्णन्तु ॥१२

अथोवाच याश्च मृत्योः प्राणवत्यस्ताभ्यो नमो नमस्तेनैतां  
मृडयत मृडयत ॥१३

पुनरेतस्यां सर्वात्मकत्वं भावयित्वा भावेन पूर्वमालिका-  
मुत्पाद्यारम्य तन्मयीं महोपहारंरूपहृत्यादिक्षान्तरक्षं रक्षमाला-  
मष्टोत्तरशतं स्पृशेत् ॥१४

अथ पुनरुत्थाप्य प्रदक्षिणीकृत्योनमस्ते भगवति मन्त्र-  
मातृकेऽक्षमाले सर्ववशंकर्योनमस्ते भगवति मन्त्रमातृकेऽक्षमालि-  
केऽशेषस्तम्भिन्योनमस्ते भगवति मन्त्रमातृकेऽक्षमाले उच्चाटन्यो-  
नमस्ते भगवति मात्रमग्नृकेऽक्षमाले विश्वामृत्यो मृत्युंजयस्व-  
रूपिणि सकलोद्दीपिणि सकललोकदरक्षादिके सकललोको-  
ज्जीविके सकलोत्पादिके दिवाप्रवर्तिके रात्रिप्रवर्तिके नद्यन्तरयासि  
देशान्तरयासि द्वीपान्तरयासि लोकान्तरयासि सर्वदा स्फुरसि  
सर्वहृदि वासयसि । नमस्ते परारूपे नमस्ते पश्यन्तीरूपे नमस्ते  
मध्यमारूपे नमस्ते वैखरीरूपे सर्वतत्त्वात्मिके सर्वविद्याऽऽत्मिके  
सर्वशक्त्यात्मिके सर्वदेवात्मिके वसिष्ठेन मुनिनाऽऽराधिते विश्वा-  
मित्रेण मुनिनोपसेव्यमाने नमस्ते नमस्ते ॥१५

प्रातरधीयानो रात्रिकृतं पापं नाशयति । सायमधीयानो  
दिवसकृतं पापं नाशयति । तत् सायं प्रयुपानः पापोऽपापो

भवति एवमक्षमालिकया जप्तो मन्त्रः सद्यः सिद्धिकरो भवती-  
त्याह भगवान् गुह्य प्रजापतिमित्युपनिषत् ॥१६॥

पुनः बोले—जो सांख्यादिक दर्शनों में छ्यानवे तत्त्व हैं तुम्हें  
नमस्कार है ( हो ) आप लोग इस माला में स्थित हो जपने वाले  
को वर देने वाले कामधेनु स्वरूप तथा ( कृपकर्ता के विरोधों के  
नाशक होकर ) शोभित होवे ॥ ११ ॥ पुनः इस प्रकार बोले—इस  
ब्रह्माण्ड में जो शैव, ज्योतिष, तथा शाक्त सैकड़ों तथा हजारों की  
संख्या में निवास करते हैं उन्हें नमस्कार हो वे सभी भगवान्  
( शक्तिशाली ) कृपा करें तथा अनुमोदन करें ( समर्थन, आज्ञा )  
करें ॥ १२ ॥ अन्त में ऐसा कहे—जो मृत्यु की जो उपजीव्य  
शक्तियाँ हैं उन्हें नमस्कार हो आप लोग इस नमस्कार से स्तुति से  
प्रसन्न हो इस अक्षमालिका को अपने उपासकों को सुख देने वाली  
कर दें ॥ १३ ॥ फिर इस मालिका में सर्वात्मकता (सर्वविधि पूर्णता)  
की भावना करके इसी भावना से पूर्ण मालिका (आधी माला) को  
पिरोकर पुनः शेष आधी पचास मणकों में उसी प्रकार आवृत्ति  
करके ( १०० पूरे हुये ) और पुनः शेष आठ मणकों में  
'अ' क, च, ट, त, प, य, तथा श इस अष्टवर्ग को ( पूर्वोक्तक्रम से )  
योजित करे । तब एक सी आठ हो जाते हैं ( मेरु में तो वही  
पूर्वोक्त क्ष रहेगा ) इस प्रकार मालिका की योजना एक २ का  
उपहार ( पास में पिरो २ ) करके करे ॥ १४ ॥ अक्ष मालिका की  
स्तुति—करके बाद उठकर प्रदक्षिणा करके ओं भगवती मन्त्र मातृके !  
अक्षमाले तुम सबको वक्ष में करने वाली हो तुम्हें नमस्कार है ।  
हे मन्त्र मातृके ! अक्षमाले ! तुम सब की गति स्तम्भ करने  
वाली, उच्चाटन ( विक्षिप्तता, विनाशता ) करने वाली हो तुम्हें  
नमस्कार है । हे मन्त्रमातृके ! अक्षमाले ! तुम सबकी मृत्यु स्वरूप  
तथा मृत्युव्रज्य स्वरूपिणी हो और तुम सब की उद्दीप्त करने वाली

हो । साथ ही तुम सारे लोक की रक्षा करने वाली सकल संसार की प्राणदात्री, सब कुछ उत्पन्न करने वाली दिन तथा रात्रि की प्रवर्तक एवं नदियों, से दूसरी नदियों, सभी देशों, द्वीपों लोक में संचार करने की शक्ति रखने वाली हो । इन सभी जगह तुम विद्यमान हो तथा सदैव स्फुरण करने वाली ( हृदयों में प्रकाशित होने वाली ) तथा सभी के हृदयों में वास करती हो । परा, पश्यन्ती, मध्यमा, वैखरी आदि जो वाणी हैं तुम उनकी स्वरूप हो तथा सभी तत्त्वरूपिणी, सर्वं विद्यामय, सभी शक्तियों की अधिष्ठात्री, सर्वं देवों की आराध्या हो । तुम वशिष्ठ मुनि द्वारा आराधित एवं विश्वामित्र मुनि द्वारा उपसेव्यमान ( सेवा शुश्रूषा किये जाने वाली ) हो, तुम्हें बार-बार नमस्कार है ॥१५॥ इसे प्रातः अव्ययन करने वाला रात में किये गये पापों से मुक्त हो जाता है । सायंकाल इसे पढ़ने वाला दिन में किये पापों से छूट जाता है । जो सायं प्रातः दोनों समय सदैव इसका पाठ करता है, वह बड़ा पापी भी तो पाप मुक्त हो जाता है । भगवान् गृह ने प्रजापति को अन्त में यही कहा कि इस प्रकार अभिमन्त्रित पूजित अक्षमाला से जपा हुआ मन्त्र शीघ्र ही सिद्धिदायक होता है । ॥१६॥

॥ अक्षमालिकोपनिषत् समाप्त ॥



## रुद्राक्षजाबालोपनिषत्

ॐ आप्यायन्तु ममाङ्गानि वाक् प्राणश्चक्षुः श्रोत्रमथो  
जलमिन्द्रियाणि च सर्वाणि सर्वं ब्रह्मोपनिषदं माहं ब्रह्म  
निराकुर्यां मा मा ब्रह्म निराकरोदनिराकरणमस्त्वनिराकरणं  
मे अस्तु । तदात्मनि निरते य उपनिषत्सु धर्मास्ते मयि सन्तु ते  
मयि सन्तु । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

मेरे अङ्ग वृद्धि को प्राप्त हों; वाणी, घ्राण, चक्षु, श्रोत, जल  
और सब इन्द्रियाँ वृद्धि को प्राप्त हों । सब उपनिषद् ब्रह्मरूप हैं । मुझ से  
ब्रह्म का त्याग न हो और ब्रह्म मेरा त्याग न करे । उसमें रत हुये  
मुझको उपनिषद् धर्म की प्राप्ति हो । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

अथ हैनं कालाग्निरुद्रं भुमुण्डः पप्रच्छ—कथं रुद्राक्षोत्पत्तिः,  
तद्वारणात् किं फलमिति ॥ १

तं होवाचं भगवान् कालाग्निरुद्रः । त्रिपुरवधार्थं महं  
निमीलिताक्षोऽमवम् । तेभ्यो जलविन्दवो भूमौ पतितास्ते रुद्राक्षा  
जाताः । सर्वानुग्रहार्थं तेषां नामोक्चारणमात्रेण दशगोप्रदानफलं  
दर्शनस्पर्शनाभ्यां द्विगुणफलमत ऊर्ध्वं वक्तुं न शक्नोमि ॥ २

तत्र ते श्लोका भवन्ति—

कस्मिन् स्थितं तु किं नाम कथं वा धरति नरैः ।

कतिभेदमुखान्यत्र कैर्मन्त्रैर्घर्यते कथम् ॥ ३

दिव्यवर्षसहस्राणि चक्षुरुन्मीलितं मया ।

भूमावक्षिपुटाम्यां तु पतिता जलविन्दवः ॥ ४

तत्राश्रुविन्दवो जाता महारुद्राक्षवृक्षकाः ।

स्थावरत्वतनुप्राप्य भक्तानुग्रहकारणात् ॥ ५

रुद्राक्ष के विषय में मुमुण्ड का प्रश्न—एक समय इन कालाग्नि रुद्र से मुमुण्ड ने पूछा—कि रुद्राक्ष की उत्पत्ति कैसे हुई ? और उसको धारण करने से क्या फल होता है ? ॥१॥ भगवान् कालाग्नि रुद्र ने उसको कहा कि त्रिपुर नामक राक्षस को मारने के लिए मैंने आँखें बन्द करलीं अर्थात् समाधिस्थ होगया । तब उन आँखों से जल की बूँदें पृथ्वी में गिरीं और वह रुद्राक्ष बन गईं । सब के ऊपर कृपा करने के लिए ( मैं इतना ही कहता हूँ ) कि उसके नाम लेने मात्र से दस गौ दान करने का फल और देखने तथा स्पर्श करने से दुगुना फल होता है । इससे अधिक ( जागे ) मैं नहीं कह सकता ॥२॥ इस विषय में इलोक हैं—प्रश्नः—कहाँ स्थित हैं ? क्या नाम है ? और कैसे मनुष्य इसे धारण करते हैं ? कितने भेद हैं ? और किन भन्त्रों से किस प्रकार धारण किये जाते हैं ? ॥३॥ उत्तर—एक हजार दिव्य वर्ष [ देवताओं के वर्ष ] में मैंने आँखें खोलीं तो पृथ्वी में आँखों से जल की बूँदें गिरीं ॥४॥ वहाँ आँसू की बूँदें महारुद्राक्ष के पेड़ बन गईं और भक्तों पर दया की दृष्टि से स्थावर [ अचल ] हो गईं ॥५॥

भक्तानां धारणात् पापं दिवारात्रिकृतं हरेत् ।

लक्षं तु दर्शनात् पुण्यं कोटिस्तद्धारणाद्भवेत् ॥ ६

तस्य कोटिशतं पुण्यं लभते धारणान्नरः ।

लक्षकोटिसहस्राणि लक्षकोटिशतानि च ॥ ७

तज्जपाल्लभते पुण्यं नरो रुद्राक्षधारणात् ।

धात्रीफलप्रमाणं यच्छ्रेष्ठमेतदुदाहृतम् ॥ ८

वदरीफलमात्रं तु मध्यमं प्रोच्यते बुधैः ।

अधमं चणमात्रं स्यात् प्रक्रियैषा मयोच्यते ॥ ९

ब्राह्मणाः क्षत्रिया वैश्याः शूद्राश्चेति शिवाज्ञया ।

वृक्षा जाताः पृथिव्यां तु तज्जातीयाः शुभाक्षकाः ॥ १०

यह रुद्राक्ष, धारण करने से दिन तथा रात के किये हुये भक्तों के पापों को हर लेता है । दर्शन से तो लाख गुना पुण्य तथा उसको धारण करने से करोड़ गुना पुण्य होता है ॥६॥ करोड़ ही नहीं अरब गुना पुण्य उसको धारण करने से मनुष्य प्राप्त करता है तथा रुद्राक्ष धारण करने से और जप करने से मनुष्य [ जप की अपेक्षा ] लाख करोड़ हजार गुना लाख करोड़ सौ गुना पुण्य प्राप्त करता है ॥७॥ जो रुद्राक्ष आँवले के बराबर हो वह श्रेष्ठ कहा गया है ॥८॥ और जो बेर के समान हो उसे विद्वान् मनुष्य मध्यम कहते हैं तथा जो चने के बराबर हो वह रुद्राक्ष अधम कहा जाता है । अब उसकी प्रक्रिया कहता हूँ ॥९॥ शिवजी की आज्ञा से उस मङ्गलमय रुद्राक्ष के ब्राह्मण क्षत्रिय वैश्य तथा शूद्र जाति के [ रुद्राक्ष ] वृक्ष उत्पन्न हुए ॥१०॥

श्वेतास्तु ब्राह्मणा ज्ञेयाः क्षत्रिया रक्तवर्णकाः ।

पीता वैश्यास्तु विज्ञेयाः कृष्णाः शूद्रा उदाहृताः ॥ ११

ब्राह्मणो विभृगच्छ वेतान् रक्ताम् राजा तु धारयेत् ।

पीतान् वैश्यस्तु विभृगात् कृष्णाञ्छूद्रस्तु धारयेत् ॥ १२

समाः स्निग्धा दृढाः स्थूलाः कण्टकैः संयुताः शुभाः ।

कुमिदष्टं छिन्नभिन्नं कण्टकैर्हीनमेव च ॥ १३

व्रणयुक्तमयुक्तं च षड् रुद्राक्षाणि वर्जयेत् ।

स्वयमेव कृतद्वारं रुद्राक्ष स्यादिहोत्तमम् ॥ १४

यत्तु पीरुषयत्नेन कृतं तन्मध्यमं भवेत् ।



समान् स्निग्धान् दृढान् स्थूलान् क्षौमसूत्रेण धारयेत्

॥ १५ ॥

सफेद रुद्राक्षों को ब्राह्मण, लाल रुद्राक्षों को क्षत्रिय, पीले रङ्ग वालों को वैश्य तथा कालों को शूद्र कहा है ॥११॥ ब्राह्मण को सफेद, क्षत्रिय को लाल, वैश्य को पीले तथा शूद्र को काले रुद्राक्ष धारण करने चाहिये ॥१२॥ बराबर ( गोल ), चिकने, मजबूत, बड़े ( मोटे ) तथा कांटे वाले शुभ माने गये हैं । कीड़े के खाये हुए, छिन्न-भिन्न ( जो टूटे हों, खण्ड २ हों ) कांटों से रहित हों, छेद वाले हों, ठीक न लगते हों—इन छः प्रकार के रुद्राक्षों को छोड़ देना चाहिये । अपने आप ( स्वतः ) जिसमें छेद हो ऐसा रुद्राक्ष उत्तम माना जाता है ॥१३-१४॥ जिसमें छेद करना पड़े वह मध्यम होता है । सो एक जैसे चिकने, मजबूत मोटे-मोटे रुद्राक्षों को रेशमी धागे में पिरोकर धारण करना चाहिए ॥१५॥

सर्वंगात्रेण सौम्येन सामान्यानि विचक्षणः ।

निकषे हेमरेखाभा यस्य रेखा प्रदृश्यते ॥ १६

तदक्षमुत्तमं विद्यात् तद्वार्यं शिवपूजकैः ।

शिखायामेकरुद्राक्षं त्रिशतं शिरसा बहेत् ॥ १७

षट्त्रिशतं गले दध्याद्वाह्वोः शोडशषोडश ।

मणिवन्धे द्वादशीव लकन्धे पंचशतं बहेत् ॥ १८

अष्टोत्तरशतमलामुपवीतं प्रकल्पयेत् ।

द्विसरं त्रिसरं वाऽपि सराणां पंचकं तथा ॥ १९

सराणां सप्तकं वाऽपि विभृयात् कण्ठदेशतः ।

मुकुटे कुण्डले चैव कर्णिकाहारकेऽपि वा ॥ २०

ये रुद्राक्ष सभी प्रकार से सौम्य सुन्दर एक जैसे होने चाहिए ।

सांण पर जिसकी रेखा सुनहरी प्रतीत हो उसको उत्तम समझना चाहिये तथा शिव भक्तों को ( पूजकों को ) वही धारण करना चाहिए । चोटी में एक रुद्राक्ष तथा शिर पर ( माला में पिरोकर ) तीस रुद्राक्षों को धारण करना चाहिए ॥१६-१७॥ गले में छत्तीस तथा दोनों भुजाओं में सोलह-सोलह तथा मणिवन्ध गट्टा ( पंजे के प्रारम्भ के हिस्से ) में बारह तथा कन्धे में पन्द्रह रुद्राक्ष धारण करने चाहिये ॥१९॥ एक सौ आठ रुद्राक्षों की माला बनाकर गले में उपवीत रूप में ( जंसे मालायें पहनी जाती हैं ) धारण करें ( जनावे ) । दो लड़ी, तीन लड़ी, अथवा पाँच लड़ी किंवा सात लड़ियों को कण्ठ देश में धारण करना चाहिये । मुकुट, कुण्डल तथा कान की वाली ( अथवा हार रूप में ) भी धारण करने चाहिये ॥१९-२०॥

केयूरकटके सूत्रं कुक्षिवन्धे विशेषतः ।

सुप्ते पीते सदाकालं रुद्राक्षं धारयेन्नरा ॥ २१

त्रिशतं त्वघ्नमं पञ्चशतं मध्यममुच्यते ।

सहस्रमुत्तमं प्रोक्तमेवं भेदेन धारयेत् ॥ २२

अभिरसीशानमन्त्रेण कण्ठे तत्पुरुषेण तु ।

अधोरेण गले धार्यं तेनैव हृदयेऽपि च ॥ २३

अधोरवीजमन्त्रेण करयोर्धारयेत् सुधीः ।

पञ्चाशदक्षग्रथितान् व्योमव्याप्यभिचोदरे ॥ २४

पञ्च ब्रह्माभिरंगैश्च त्रिमाला पञ्च सप्त च ।

ग्रथित्वा मूलमन्त्रेण सर्वाण्यक्षाणि धारयेत् ॥ २५

बाजूबन्द, कुक्षिवन्ध में भी विशेष रूप से सूत्र को ( सूत्र में बँधी माला को ) सोते जागते हुये हमेशा धारण करना चाहिये ॥२१॥

तीन सौ रुद्राक्ष ( धारण, अथम, पाँच सौ मध्यम तथा एक हजार उत्तम कहा गया है, इस प्रकार के भेद से धारण करना चाहिये ॥२२॥ शिर में 'ईशानः सर्वविद्यानां'.....इस मन्त्र से कण्ठ में 'तत्पुरुषाय विद्महे' 'महादेवाय' इस मन्त्र से गले में 'अघोरेभ्यो' इस मन्त्र से, गले तथा हृदय में भी रुद्राक्ष धारण करना चाहिये ॥२३॥ अघोर बीजमन्त्र के द्वारा विद्वान् को चाहिये कि हाथों में धारण करे तथा रुद्राक्षों के बीच जो छेद होता है उसमें अ से लेकर क्ष तक जो ये पचास अक्षर हैं इन्हें लिखकर पञ्चाक्षरी मन्त्र [ नमः शिवाय ] से अभिमन्त्रित करके [ अक्षमालोपनिषद् में कही गई रीतियों के अनुसार ] प्राण प्रतिष्ठादि करके मूलमन्त्र से गुंथ कर तीन पाँच अथवा सात मालाओं के रूप में धारण करना चाहिये ॥२४-२५॥

अथ हैनं भगवन्तं कालाग्निरुद्रं भुसुण्डः प्रपच्छ रुद्राक्षाणां  
भेदेन यदक्ष यत्स्वरूपं यत्फलमिति तत्स्वरूपं मुखयुक्तमरिष्टनिर-  
सनं कामाभीष्टफलं ब्रूहीति होवाच ॥ २६

तत्र ते श्लोका भवन्ति—

एकवक्त्रं रुद्राक्षं परतत्त्वस्वरूपकम् ।

तद्धारणात् परे तत्त्वे लीयते विजितेन्द्रियः ॥ २७

द्विवक्त्रं तु मुनिश्रेष्ठ चार्धनारीश्वरात्कम् ।

धारणादर्धनारीशः प्रीयते तस्य नित्यशः ॥ २८

त्रिमुखं चैव रुद्राक्षमग्नित्रयस्वरूपकम् ।

तद्धारणाच्च हुतभुक्तस्य तुष्यति नित्यदा ॥ २९

चतुर्मुखं तु रुद्राक्षं चतुर्वक्त्रस्वरूपकम् ।

तद्धारणाच्चतुर्वक्त्रः प्रीयते तस्य नित्यदा ॥ ३०

इसके बाद इन भगवान् कालाग्नि रुद्र से भुसुण्ड ने पूछा कि रुद्राक्षों के भेद से जिन रुद्राक्षों का जो स्वरूप तथा जो फल होता है

उसके स्वरूप को मुखों के भेद से अरिष्ट [ अमङ्गल ] दूरीकरण तथा इच्छित वस्तुओं के फल को कहो अर्थात् किन से क्या इच्छित वस्तुएं मिलती हैं ? ) । २६॥ इसके सम्बन्ध में इस प्रकार श्लोक हैं—एक मुँह वाला रुद्राक्ष परतत्त्व का स्वरूप समझा जाता है, उसे धारण करने से इन्द्रियों को वश में करने वाला उस परात्पर ( अन्तिम ) तत्त्व में ( शिव ) लीन हो जाता है ॥२७॥ हे मुनिश्रेष्ठ ! दो मुँह वाला रुद्राक्ष अर्धनारीश्वर का स्वरूप समझा जाता है, उसको धारण करने वाले पर हमेशा अर्धनारीश्वर भगवान् ( शिव ) प्रसन्न होते हैं ॥२८॥ तीन मुँह वाला रुद्राक्ष तीनों अग्नियों का स्वरूप समझा जाता है । उसे धारण करने से उस पर हमेशा अग्निदेव प्रसन्न रहते हैं ॥२९॥ चार मुख वाला रुद्राक्ष चतुर्मुख भगवान् का स्वरूप समझा जाता है, उसे धारण करने से चतुर्मुख भगवान् उस पर प्रसन्न होते हैं ॥३०॥

पंचवक्त्रं तु रुद्राक्षं पंचब्रह्मस्वरूपकम् ।

पंचवक्त्रं स्वयं ब्रह्म पुंहत्यां च व्यपोपति ॥ ३१

षड्वक्त्रमपि रुद्राक्षं कार्तिकेयाधिदेवतम् ।

तद्धारणान्महाश्रीः स्यान्महदारोग्यमुत्तमम् ॥ ३२

मतिविज्ञानसंपत्तिशुद्धये धारयेत् सुधीः ।

विनायकाधिदेवं च प्रवदन्ति मनोषिणः ॥ ३३

सप्तवक्त्रं तु रुद्राक्षं सप्तमात्राधिदेवतम् ।

तद्धारणान्महाश्रीः स्यान्महदारोग्यमुत्तमम् ॥ ३४

महती ज्ञानसंपत्तिः शुचिर्घारयतः सदा ।

अष्टवक्त्रं तु रुद्राक्षमष्टमात्राधिदेवतम् ॥ ३५

वस्वष्टकप्रियं चैव गङ्गाप्रीतिकरं तथा ।

तद्धारणादिमे प्रीता भवेयुः सत्यवादिनः ॥ ३६

पाँच मुँह वाला रुद्राक्ष पञ्चमुखी भगवान् का ( शिव ) स्वरूप समझा जाता है, उसे धारण करने से स्वयं ब्रह्म स्वरूप पञ्चमुखी भगवान् पुरुष हत्या को दूर करते हैं ॥३१॥ छः मुँह वाला रुद्राक्ष कातिकेय ( शिव के बड़े पुत्र ) का स्वरूप समझा जाता है । उसे धारण करने से महालक्ष्मी प्रसन्न होती है तथा आरोग्य की मुन्दर प्राप्ति होती है । इसे विद्वान लोग गणेश का स्वरूप भी मानते हैं तथा इसे बुद्धि, विद्या, लक्ष्मी की वृद्धि के लिये चतुर मनुष्य को धारण करना चाहिये ॥३२-३३॥ सात मुँह वाला रुद्राक्ष सप्तलोक माताओं ( ब्रह्मी आदि ) का स्वरूप वाला समझा जाता है, इसे धारण करने से अत्यन्त वैभव की तथा उत्तम आरोग्य की प्राप्ति होती है ॥३४॥ पवित्रता से धारण करने पर महान् ज्ञान उत्पन्न होता है । आठ मुँह वाला रुद्राक्ष अष्ट माताओं का स्वरूप समझा जाता है तथा यह अष्ट वस्तुओं का भी प्रिय है तथा इससे गङ्गा भी प्रसन्न होती है । इसे धारण करने से तीनों स्वरूप प्रसन्न होते हैं ॥३५-३६॥

नववक्त्रं तु रुद्राक्षं नवशक्त्यधिदेवतम् ।

तस्य धारणमात्रेण प्रीयन्ते नव शक्तयः ॥ ३७

दशवक्त्रं रुद्राक्षं यमर्दवमुदाहृतम् ।

दशात् प्रशान्तिजनकं धारणान्नात्र संशयः ॥ ३८

एकादशमुखं त्वक्षं रुद्रैकादशदेवतम् ।

तदिदं देवतं प्राहुः सदा सौभाग्यवर्धनम् ॥ ३९

रुद्राक्षं द्वादशमुखं महाविष्णुस्वरूपकम् ।

द्वादशादित्यरूपं च विभर्त्येव हि तत्परः ॥ ४०

नौ मुँह वाले रुद्राक्ष की नौ शक्तियाँ देवता समझी जाती हैं

( अथत्ति जनका बोधक है ) इसे धारण करने से नी शक्तियां प्रसन्न होती हैं । ॥३७॥ दस मुख वाले रुद्राक्ष का देवता यम समझा जाता है । देखने मात्र से शान्ति उत्पन्न करने वाला तथा धारण करने से भी महाशान्ति देने वाला होता है, इसमें सन्देह नहीं । ॥३८॥ ग्यारह मुख वाले रुद्राक्ष के देवता एकादश रुद्र समझे जाते हैं । यह एकादश रुद्राधिदेवत रुद्राक्ष हमेशा सौभाग्य बढ़ाने वाला होता है ॥३९॥ बारह मुख वाला रुद्राक्ष महाविष्णु का स्वरूप समझा जाता है । यह बारह सूर्यों का स्वरूप भी समझा जाता है तथा इनका उपासक इसे धारण करता है ॥४०॥

त्रयोदशमुखं चाक्षां कामदेवं सिद्धिदं शुभम् ।

तस्य धारणमात्रेण कामदेवः प्रसोदति ॥ ४१

चतुर्दशमुखं चाक्षां रुद्रनेत्रसमुद्भवम् ।

सर्वव्याधिहरं चैव सर्वदाऽऽरोग्यमाप्नुयात् ॥ ४२

मद्यं मांसं च लशुनं पलाण्डुं शिशुमेव च ।

श्लेष्मातकं विड्वराहमभक्ष्य वर्जयेन्नरः ॥ ४३

ग्रहणो विपुवे चैवमयने सक्रमेऽपि च ।

दर्शेषु पूर्णमासे च पूर्णेषु दिवसेषु च ।

रुद्राक्षधारणात् सद्यः सर्वपापैः प्रमुच्यते ॥ ४४

रुद्राक्षमूलं तद्ब्रह्मा तन्नालं विष्णुरेव च ।

तन्मख रुद्र इत्याहुस्तद्विन्दुः सर्वं देवता ॥ इति ॥ ४५

अथ कालाग्निरुद्रं भगवन्तं सनत्कुमारः पप्रच्छाधीहि भगवन् रुद्राक्षधारणविधिम् । तस्मिन् समये निदाघजङ्घरतदत्ता-  
त्रेयाकात्यायनभरद्वाजकपिलवसिष्ठपिप्पलादयश्च कालाग्निरुद्रं

परिसमेत्योचुः । अथ कालाग्निरुद्रः किमर्थं भवतामागमनमिति होवाच । रुद्राक्षधारणवर्धि वै सर्वे श्रोतुमिच्छामह इति

॥ ४६ ॥

अथ कालाग्निरुद्रः प्रोवाच । रुद्रस्य नयनादुत्पन्ना रुद्राक्षा इति लोके ख्यायन्ते । अथ सदाशिवः संहारकाले संहारं कृत्वा संहाराक्षं भुकुलीकरोति । तन्नयनाज्जाता रुद्राक्षा इति होवाच । तस्माद्रुद्राक्षत्वमिति कालाग्निरुद्रः प्रोवाच ॥ ४७

तेरह मुँह वाला रुद्राक्ष इच्छाओं तथा सिद्धियों को देने वाला होता है । इसे धारण करने मात्र से कामदेव प्रसन्न होते हैं । यह शुभ होता है ॥४१॥ चौदह मुँह वाला रुद्राक्ष भगवान रुद्र की आँखों से विशेष रूप से उत्पन्न हुआ है । यह सब रोगों को हरण ( दूर ) करने वाला तथा परम आरोग्य का दायक होता है ॥४२॥ गराव, मांस, लहसुन, प्याज, सहजन, लसीड़ा विड्वराह ( शाकविशेष ) आदि अमक्ष्य वस्तुओं को इसके धारण करने वाले को छोड़ देना चाहिये ॥४३॥ ग्रहण के समय, जिन दिनों रात तथा दिन बराबर होते हैं ( अर्थात् तुला तथा मेष संक्रान्ति ( सूर्य की ) के दिनों में, अयन परिवर्तन के समय, अमावस्या पूर्णमासी ( मास समाप्ति पर ) जब दिन पूर्ण हो जाय तब रुद्राक्ष धारण करने से शीघ्र पापमुक्त हो जाता है ॥४४॥ रुद्राक्ष का मूल भाग ब्रह्मा तथा नाल भाग ( छेद ) विष्णु तथा मुख का भाग रुद्र तथा रुद्राक्ष के बिन्दु सब देवता कहे गये हैं ॥४५॥ इसके बाद भगवान कालाग्निरुद्र को सनत्कुमार ने पूछा ( कहा ) महाराज ! आप रुद्राक्ष धारण करने की विधि बतलाइये । इसी समय निदाघ, जड़ भरत, दत्तात्रेय, कात्यायन, भारद्वाज, कपिल, वशिष्ठ, पिप्पलाद,

आदि कालाग्नि रुद्र के चारों तरफ बैठ गये तथा भगवान् कालाग्नि रुद्र के यह पूछे जाने पर कि आप लोग क्यों आये हैं ? बोले—हम सब रुद्राक्ष धारण की विधि को सुनना चाहते हैं ॥४६॥ तब कालाग्नि रुद्र बोले—रुद्र के नेत्रों से उत्पन्न होने के कारण से यह रुद्राक्ष नाम से प्रसिद्ध है । भगवान् सदा शिव संहार के समय ( प्रलय काल में ) संहार करके अपने संसार का संहार करने वाले नेत्र को मुकुलित कर लेते हैं ( जरा से खुले तथा अधिकतया बन्द ) उन्हीं से उत्पन्न रुद्राक्ष है । यही रुद्राक्ष का अपना स्वत्व है । इस प्रकार कालाग्नि ने उत्तर दिया ॥४७॥

तद्रुद्राक्षे वाग्विषये कृते दशगोप्रदानेन यत् फलमवाप्नोति तत् फलमश्नुते । स एव भस्मज्योती रुद्राक्ष इति । तद्रुद्राक्षं करेण स्पृष्ट्वा धारणमात्रेण द्विसहस्रगोप्रदानफलं भवति । तद्रुद्राक्षे कर्णयोर्धार्म्यमाणे एकादशसहस्रगोप्रदानफलं भवति । एकादशरुद्रत्वं च गच्छति । तद्रुद्राक्षे शिरसि धार्यमाणे कोटिगोप्रदानफलं भवति । एतेषां स्थानानां कर्णयोः फलं वक्तुं न शक्यमिति होवाच ॥ ४८

य इमां रुद्राक्षजाबालोपनिषदं नित्यमधीते बालो वा युवा वा वेद स महान् भवति । स गुरुः सर्वेषां मन्त्राणामुपदेष्टा भवति । एतैरेव होमं कुर्यात् । एतैरेवार्चनम् । तथा राक्षोघ्नं मृत्युतारकं गुरुणा लब्धं कण्ठे बाही शिखायां वा बध्नात् । सप्त-द्वीपवती भूमिर्दक्षिणार्थं नावकल्पते । तस्माच्छ्रद्धया यां काञ्चिद्गां दद्यात् सा दक्षिणा भवति । य इमामुपनिषदं ब्राह्मणः पातर-धीयानो रात्रिकृतं पापं नाशयति । सायमधीयानो दिवसकृतपापं



नाशयति । मध्याह्नेऽधीयानः षड्जन्मकृतपापं नाशयति । सायं प्रातः प्रयुजानोऽनेकजन्मकृतपापं नाशयति षड्सहस्रलक्षगायत्री-जपफलमवाप्नोति ब्रह्महत्यासुरापानस्वर्णस्तेयगुरुदारगमनतत्सं-योगपातकेभ्यः पूतो भवति सर्वतीर्थफलमश्नुते पतितसंभाषणात् पूतो भवति षड्क्तिशतसहस्रपावनी भवति शिवसायुज्यमवाप्नोति न च पुनरावर्तते न च पुनरावर्तत इत्यो सत्यमित्युपनिषत्

॥ ४६

सौ रुद्राक्ष शब्दों के उच्चारण से दस गोदान करने का फल प्राप्त होता है । वही अस्म ज्योति रुद्राक्ष भी कहा जाता है । उस रुद्राक्ष को हाथ से छूकर धारण करने मात्र से दो हजार गोदान करने का फल प्राप्त होता है । इन रुद्राक्षों को दोनों कानों में धारण करने से ( पर ) ग्यारह हजार गोदान करने का फल होता है तथा वह एकादश रुद्र के स्वरूप को प्राप्त करता है । उस रुद्राक्ष को शिर से धारण करने पर करोड़ गौओं के दान करने का फल होता है । इन स्थानों के कानों के फल अविक कहें नहीं जा सकते ॥४८॥ जो इस रुद्राक्ष जावालो-पनिषद को हमेशा पढ़ता है अथवा जानता है वह बालक हो अथवा जवान हो वह महान् आत्मा होता है । वह गुरु तथा सब मन्त्रों का उपदेश करने वाला होता है । इन्हीं से होम करना चाहिये । इन्हीं से पूजा करनी चाहिए तथा राक्षसों के नाशक, मृत्यु नाशक, रुद्राक्षों को गुरु द्वारा प्राप्त कर, कण्ठ, भुजा अथवा चोटी में बांधना चाहिये । इसकी दक्षिणा के लिये ( गुरु दक्षिणा ) सातों द्वीपों युक्त पृथिवी भी कम है । अतः श्रद्धापूर्वक जिस किसी को दे वही दक्षिणा होती है । जो ब्राह्मण इस उपनिषद को प्रातः पढ़ता है वह रात में किये पापों को नष्ट कर देता है तथा जो सायंकाल पढ़ता है उसके दिन में किये पाप नष्ट हो

जाते हैं । जो मष्णाह्नु, ( दोषहर ) में पढ़ता है, उसके छः जन्मों के पाप नष्ट हो जाते हैं । प्रतिदिन प्रातः सायं पढ़ने से अनेक जन्मों के पाप नष्ट हो जाते हैं तथा छः हजार लाख गायत्री अप के फल को प्राप्त करता है एवं ब्रह्महत्या, सुरापान ( शराब पीना ) सोना चुराना, गुरु की पत्नी से सम्भोग करना, आदि २ पापों के करने पर भी पवित्र हो जाता है तथा सभी तीर्थों के फल को प्राप्त करता है । नीचों से वातचीत करने पर जो पाप लगता है अथवा पुण्यक्षय होता है, उससे भी छूट जाता है एवं वह सैकड़ों हजारों पंक्तियों को ( अर्थात् बहुत अधिक प्राणियों को ) पवित्र करने वाला हो जाता है तथा शिवजी की समीपता को प्राप्त करता है ( अर्थात् सदा शिव के साथ विहरण करता है ) और कभी फिर जन्ममृत्यु के चक्कर में नहीं फँसता ॥३६॥

॥ रुद्राक्षजावालोपनिषद् समाप्त ॥

## रामपूर्वतापिन्युपनिषत्

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवा भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ।  
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टु वांसतनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः । स्वस्ति न  
इन्द्रो वृद्धश्रवाः स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः । स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो  
अरिष्टनेमिः स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु । ॐ शान्तिः शान्तिः  
शान्तिः ॥

हे पूज्य देवो ! हम कानों से कल्याण सुनें, आँखों से कल्याण  
को देखें । सुहृद् अङ्गों तथा देह के द्वारा तुम्हारी स्तुति करते रहें  
और देवताओं ने हमारे लिए जो आयुष्य नियत कर दिया है, उसे भोगें ।  
महान कीर्ति वाला इन्द्र हमारा कल्याण करे, सब को जानने वाले  
पूषा देव हमारा कल्याण करें, जिसकी गति रोकनी न जा सके ऐसे  
गरुड़देव हमारा कल्याण करें और बृहस्पति हमारा कल्याण करें !  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

ॐ चिन्मयेऽस्मिन्महाविष्णौ जाते दशरथे हरी ।  
रघोः कुलेऽखिलं राति राजते यो महीस्थितः ॥ १  
स राम इति लोकेषु विद्वद्भिः प्रकटीकृतः ।  
राक्षसा येन मरणं यान्ति स्वोद्रेकतोऽयं वा ॥ २  
रामनाम भुवि ख्यातमभिर मेण वा पुनः ।  
राक्षसान्मर्त्यरूपेण राहुर्मनसिजं यथा ॥ ३  
प्रभाहीनास्तथा कृत्वा राज्यार्हाणां महीभृताम् ।  
धर्ममार्गं चरित्रेण ज्ञानमार्गं च नामतः ॥ ४  
तथा ध्यानेन वैराग्यमैश्वर्यं स्वस्थं पूजनात् ।

तथा रात्यस्य रामाख्या भुवि स्यादथ तत्त्वतः ॥५॥

रमन्ते योगिनोऽनन्ते नित्यानन्दे चिदात्मनि ।

इति रामपदेनासौ परं ब्रह्माभिधीयते ॥६॥

भगवान् विष्णु ने जब रघुवंशीय महाराज दशरथ के यहाँ जन्म लिया, तब उनका नाम 'राम' हुआ । विद्वज्जनों ने 'राम' शब्द की व्याख्या करते हुए कहा कि जो पृथिवी पर स्थित होकर संतजनों की सब कामनाएँ पूर्ण करते हैं और जो राजा के रूप में शोभायमान हैं, वे राम हैं । जिनके द्वारा राक्षसगण मृत्यु को प्राप्त होते हैं, वे राम हैं । कुछ विद्वानों ने उन्हें अभिराम होने से राम माना और कुछ ने कहा कि अपनी ही उन्नति से जिनका पृथिवी पर बल प्रसिद्ध हुआ वह राम हैं । राहु जैसे चन्द्रमा को प्रभाहीन कर देता है, वैसे राक्षसों को प्रभाहीन कर देने से वे राम हैं । कुछ विद्वानों के मत में राज्य प्राप्ति के अधिकारी जो राजा लोग हैं, उनको आदर्श चरित्र उपस्थित कर श्रेष्ठ मार्ग का उपदेश करते हैं तथा ध्यान करने वाले को वैराग्य देते और नामोच्चारण करने वाले को ज्ञान-मार्ग की ओर प्रेरित करते हैं तथा जो विग्रहपूजन को ऐश्वर्यवान् बनाते हैं, उनके इन गुणों के कारण ही पृथ्वी पर उनका नाम राम हुआ होगा । परन्तु इससे भिन्न मत यह है कि जिस नित्यानन्द स्वरूप, चिन्मय और अनन्त ब्रह्म में योगीजन लीन रहते हैं, वह परमेश्वर 'राम' के द्वारा ही प्रतिपाद्य है ॥१—६॥

चिन्मयस्याद्वितीयस्य निष्कलस्याशरीरिणः ।

उपासकानां कार्यार्थं ब्रह्मणो रूपकल्पना ॥७॥

रूपस्थानां देवतानां पुंस्त्र्यङ्गास्त्रादिकल्पना ।

द्विचत्वारिषडष्टानां दश द्वादश षोडश ॥८॥

अष्टादशामी कथिता हस्ताः शंखादिभिर्युताः ।

सहस्रान्तास्तथा तासां वर्णवाहनकल्पना ॥९

शक्तिसेनाकल्पना च ब्रह्माण्येवं हि पञ्चधा ।

कल्पितस्य शरीरस्य तस्य सेनादिकल्पना ॥१०

ब्रह्मादीनां वाचकोऽयं मन्त्रोऽन्वयादिसंज्ञिकः ।

जप्ततव्यो मन्त्रिणा नैव विना देवः प्रसीदति ॥११

क्रियाकर्मेज्यकर्तृणामर्थं मन्त्रो वदत्यथ ।

मननान्त्राणानाम्मन्त्रः सर्वं वाच्यस्य वत्त्वकः ॥१२

सोऽभयस्यास्य देवस्य विग्रहो यन्त्रकल्पना ।

विना यन्त्रेण चेत्पूजा देवता न प्रसीदति ॥१३

परमात्म रूप ब्रह्म देह-रहित, अवयव-रहित, अद्वितीय और प्राकृत है, परन्तु भक्तों के इच्छित कार्यों को सिद्ध करने के लिए वह आकार को प्रकट करता है । ॥७॥ परमात्मा के स्वरूप में स्थित देव-ताओं को ही पुरुष, स्त्री, अङ्ग, अस्त्र आदि के रूप में कल्पित किया गया है । भगवान् के साकार विभिन्न अवतारों में दो, चार, छः, आठ, बारह, सोबरह, अठारह हाथ तक वर्णित हैं । उनमें वे शंख चक्र आदि भी बिये रहते हैं और सब वे विश्व रूप धारण करते हैं तब तो हजारों हाथ होते हैं । उन सब रूपों के विभिन्न रङ्ग तथा वाचन आदि होते हैं । उनके लिये विभिन्न शक्तियों, सेनाओं और शस्त्रों की कल्पना होती है । इस प्रकार सूर्य, गणेश, दुर्गा, विष्णु आदि रूपों में पञ्चभौतिक देह तथा उनके अनुरूप विभिन्न प्रकार की सेना और अनुचर आदि कल्पित हुए हैं ॥ ८—१० ॥ वृक्षादि जड़ पदार्थ, चेतन शरीर तथा ब्रह्मा तक सभी का वाचक यह 'राम' मन्त्र है । इसका जैसा अर्थ है, वैसा ही गुण है । इस मन्त्र की दीक्षा लेकर निरंतर जप करने से भगवान् की प्रसन्नता प्राप्त होती है । साधक गण अभीष्ट प्रयोजन की पूर्ति के लिए मन्त्र की

दीक्षा देते हैं। मनन और श्रानन के गुण से सम्पन्न होने के कारण उसे मन्त्र कहते हैं। मन्त्र ही सब अमिषेष्टों का वाचक है। जो भगवान् स्त्री-पुरुष दोनों रूप में प्रतिष्ठित है, उनके लिये रूप में विग्रह यन्त्र की रचना की जाती है क्योंकि बिना यन्त्र की अर्चना देवताओं को प्रसन्न करने समर्थ नहीं होती ॥११—१३॥

स्वभूर्ज्योतिर्मयोऽनन्तरूपी स्वेव भासते ।  
जोवत्वेन समो यस्य सृष्टिस्थितिलयस्य च ॥१॥  
कारणत्वेन चिच्छकत्वा रजःसत्त्वतमोगुणैः ।

तथैव वटबीजस्थः प्राकृतश्च महान्द्रुमः ॥२॥  
तथैव रामबीजस्थं जगदेतच्चराचरम् ।

रेफारूढामूर्तयः स्युः शक्तयस्तिष्ठ एव चेति ॥३॥

सीतारामौ तन्मयावत्र पूज्यौ जातान्याभ्यां भुवनानि  
द्विसप्त । स्थितानि च प्राहेतान्येव तेषु ततो रामो मानवो मायया  
घात् ॥१॥ जगत्प्राणायात्मनेऽस्मै गमः स्यान्नमस्तवैक्यं प्रवदे-  
त्प्राग्गुणेनेति ॥२॥

जीववाची नमो नाम चात्मारामेति गीयते ।

तदात्मिका या चतुर्थी तथा मायेति गीयते ॥१॥

मन्त्रोऽयं वाचको रामो वाच्यः स्याद्योग एतयोः ।

फलतश्च व सर्वेषां साधकानां न संशय ॥२॥

यथा नामी वाचकेन नाम्ना योऽभिमुखो भवेत् ।

तथा बीजजात्मको मन्त्रोऽमन्त्रिणोऽभिमुखो भवेत् ॥ ३॥

बीजशक्तियुक्तेष्वक्षवामयोः स्तनयोरपि ।

कीलो मध्ये विना भाव्यः स्ववाञ्छाविनियोगज्ञान् ॥४॥

सर्वेषामेव मन्त्राणामेष साधारणः क्रमः ।

अत्र रामोऽनन्तरूपस्तेजसा वह्निना समः ॥५॥

सत्त्वनुष्णगुविश्वश्चेदग्नीपोमात्मकं जगत् ।  
 उत्पन्नः सीतया भाति चन्द्रश्चन्द्रिकया यथा ॥६॥  
 प्रकृत्यासाहितः श्यामः पीतवासा जटाधरः ।  
 द्विभुजः कुण्डली रत्नमाली धीरो घनुर्धरः ॥७॥  
 प्रसन्नवदनो जेता घृष्टचष्टकविभूषितः ।  
 प्रकृत्या परमेश्वर्या जगद्यान्याङ्किताङ्कभृत् ॥८॥  
 हेमाभया द्विभुजया सर्वालंकृतया चिता ।  
 श्लिष्टः कमलधारिण्या पुष्टः कोसलजात्मजः ॥९॥  
 दक्षिणे लक्षमणेनाथ सघनुष्पाणिना पुनः ।  
 हेमाभेनानुजेनव तथा कोणत्रयं भवेत् ॥१०॥

साकार होनेवाले परमेश्वर स्वयंभू कहलाते हैं क्योंकि उनके प्रकट करने में कोई कारण रूप नहीं होता, वे स्वयं ही उत्पन्न होते हैं । वे ज्योति स्वरूप हैं और अपने प्रकाश से सदा प्रकाशित रहते हैं । वे साकार होने पर भी अनन्त रहते हैं । क्योंकि वे देश, काल आदि की सीमा में सीमित नहीं रहते । वे अपनी चैतन्य शक्ति प्राण रूप से सभी देह वारियों में स्थित रहते हैं और वे ही सत्व, रज, तम गुणों के द्वारा विश्व की सृष्टि, रक्षा और अन्त करने में समर्थ हैं । इन गुणों के कारण ही संसार प्रत्यक्ष दिखाई देता है । परन्तु यह दृष्टिगोचर संसार भी ओंकार रूप ही है । जैसे महान् वट वृक्ष अपने छोटे से बीज में स्थित रहता है वैसे ही यह विशाल विश्व रामबीज में स्थित है । ब्रह्मा, विष्णु, शिव यह तीनों तथा उत्पत्ति, पालन और संहार करने वाली शक्तियाँ, नाद-विन्दु और बीज से उत्पन्न रौद्री, ज्येष्ठा और वामा- यह सभी राम के 'रकार' पर टिके हुए हैं । इस बीज मन्त्र में पूजनीय सीता रूप प्रकृति और राम रूप पुरुष हैं । चौदहों भुवन इन दोनों से ही प्रकट हुए हैं । यह लोक इन दोनों के ही आश्रित हैं । हल सब का सय भी ओंकार रूप ब्रह्मा, विष्णु, शिव में ही होता है । राम ने

सीतापूर्वक ही अपने को मनुष्य रूप में प्रकट किया है । इन विश्व प्राण और विश्वात्मा राम को नमस्कार है । इस प्रकार नमन के पश्चात् गुणों से भी पूर्व प्रकट हुए परब्रह्म रूप राम के साथ अपने एकीभाव का अनुभव करता हुआ 'मैं ही रामरूप ब्रह्म हूँ' इस प्रकार उच्चारण करे ॥ १—४ ॥

'राम' के द्वारा आत्मा प्रतिपादित होती है और नमः जीव वाचक है । राम के साथ मिली हुई विभक्ति से जीव और आत्मा के एकीभाव का वर्णन किया जाता है । 'रामाय नमः' मन्त्र के राम ही वाच्य है, इन दोनों के सम्मिलित से सब उपासकों को इच्छित फल प्राप्त होता है । जैसे जिस किसी का नाम लिया जाय, वह अपने नाम की पुकार सुनकर तुरन्त सामने आता है, वैसे ही बीज रूप मन्त्र राम का उच्चारण किये जाने पर राम भी साधक के समक्ष प्रत्यक्ष होते हैं । बीज का दक्षिण स्तन पर और शक्ति का वाम स्तन पर तथा कीलक का हृदय के मध्य में ध्यास और कामना-सिद्धि निमित्त विनियोग करे । जब ध्यान किया जाए तब दशरथ तनय श्रीराम में अनन्त, अविनाशी परमेश्वर की भावना करनी चाहिए । उन्हें अत्यन्त तेजोमय अग्नि के समान मानना चाहिए । जब वे सौम्य कान्ति वाली श्रीसीता जी से युक्त होते हैं, तब वे अग्निपो-भात्मक विश्व के कारणभूत होते हैं । जैसे चन्द्रमा के साथ अत्यन्त शोभा होती है, वैसे ही राम सीता के साथ अत्यन्त सुशोभित होते हैं ॥ १—६ ॥

श्रीराम अपनी आह्लादनी शक्ति सीता के साथ सुशोभित हैं । वे श्याम वर्ण के हैं । उनके देह पर पीताम्बर सिर पर जटायें, कानों में कुण्डल तथा कंठ में ओष्ठ रत्नों की मालायें पड़ी हैं । उनके दो भुजायें हैं । वे स्वभाव से धीर और सदा प्रसन्न मुख वाले हैं । वे धनुर्धारी राम युद्ध में सदा जीतते हैं । अणिमा आदि आठों ऐश्वर्यभूता शक्तियाँ उनकी शोभा वृद्धि करती हैं । वाम अंग में संसार की कारण



रूपिणी सीता जी सुशोभित हैं । वे सुवर्ण के समान उज्ज्वल कान्ति वाली हैं । वे दो भुजा वाली सीता दिव्य अलंकारों से अलंकृत और हाथ में सुन्दर कमल पुष्प लिए हुए हैं । उनके साथ विराजमान श्रीराम सुन्दर और पुष्ट लगते हैं । राम के दक्षिण ओर उनके लघु भ्राता गौरवपूर्ण लक्ष्मण जी खड़े हैं, उनके हाथों में धनुष बाण है । इन तीनों के इस प्रकार प्रतिष्ठित होने से एक सुशोभित त्रिकोण की सृष्टि होती है ॥७-१०॥

तथैव तस्य मन्त्रस्य यस्याणुश्च स्वडेन्तया ।  
 एव त्रिकोणरूपं स्यात्तां देवा ये समाययुः ॥११  
 स्तुतिं चक्रुश्च जगतः पतिं कल्पतरो स्थितम् ।  
 कामरूपाय रामाय नमो मायामयाय च ॥१२  
 नमा वेदादिरूपाय ओङ्काराय नमो नमः ।  
 रमाधराय रामाय श्रीरामायात्ममूर्तये ॥१३  
 जानकीदेहभूषाय रक्षोघ्नाय शुभाङ्गिने ।  
 भद्राय रघुवीराय दशास्यान्तकरूपिणे ॥१३  
 रामभद्र महेष्वास रघुवीर नृपोत्तम ।  
 भो दशास्यान्तकास्माकं रक्षां देहि श्रियं च ते ॥१५  
 त्वमैश्वर्यं दापयाथ सप्रत्याश्रितमारणम् ।  
 कुर्वति स्तुत्य देवाद्यास्तेन सार्धं सुखं स्थिताः ॥१६  
 स्तुवन्त्येवं हि ऋषयस्तदा रावण आसुरः ।  
 रामपत्नीं वनस्थां यः स्वनिवृत्त्यर्थमाददे ॥१७  
 स रावण इति ख्यातो यद्वा रावाञ्च रावणः ।  
 तन्वाजेनेक्षितुं सीतां रामो लक्ष्मण एव च ॥१८  
 विचैरतुस्तदा भूमौ देवीं संदृश च आसुरम् ।  
 हत्वा कबन्धं शवरीं गत्वा तस्याज्ञया तया ॥१९  
 पूजितो वायुपुत्रेण भक्तेन च कपीश्वरम् ।  
 आहूय शंसततां सर्वमाद्यन्तं रामलक्ष्मणी ॥२०

स तु रामे शङ्कितः सन्प्रत्ययार्थं च दुन्दुभेः ।  
 विग्रहं दर्शयामास यो रामस्तमचिक्षिपत् ॥२१॥  
 सप्त सालान्विभिद्याशु मोदते राघवस्तदा ।  
 तेन हृष्टः कपीन्द्रोऽसौ स रामस्तस्य पत्तनम् ॥२२॥  
 जगामागर्जदनुजी बालिनो वेगतो गृहात् ।  
 तदा बाली निर्जंगाम तं बालिनमथाहवे ॥२३॥  
 निहत्य राघवो राज्ये सुग्रीवं स्थापयत्ततः ।  
 हरीनाहूय सुग्रीवस्त्वाह चाशाविदोऽधुना ॥२४॥

राम मंत्र का बीज जैसे 'राम' है, वैसे ही जब उसका शेषांश कहा जाता है। राम शब्द के चतुर्थ्यन्त रूप में नमः मिलने से 'रामाय नमः' बनता है। यदि यह षडक्षर मन्त्र सिद्ध हो जाय तो छः कोण बनते हैं।

एक समय की बात है—देवगण भगवान् राम के दर्शनार्थ पधारें। उस समय श्रीराम कल्पवृक्ष के नीचे एक जटित सिंहासर पर विराजमान थे। देवगण उनके दर्शन कर इस प्रकार स्तवन करने लगे—  
 'काम रूप से युक्त माया रूप के धारण करने वाले श्रीराम को नमस्कार है। वेद के आदि रूप ओंकार स्वरूप श्रीराम को नमस्कार है। सीता रूप रमा के धारण करने वाले, नयनाभिराम एवं आत्मा स्वरूप श्रीराम को नमस्कार है। श्रीराम जो का देह ही जिनका बलंकार है और जो राक्षसों के मारने वाले हैं, जो रावण के लिए शत्रु रूप तथा कल्याणमय विग्रह से युक्त श्रीराम को नमस्कार है। हे तृपोत्तम, हे दशमुख विनाशक, हे महाधनुर्धर श्रीराम हमारी रक्षा करो। हमें अपने से सम्बन्धित श्री से सम्पन्न करो।'

'हे श्रीराम हमको ऐश्वर्य प्राप्त कराओ।' इस प्रकार देवगण उनकी स्तुति करते रहे। जब तक श्रीराम खर नामक राक्षस का संहार करने में लगे, तब तक देवताओं ने और ऋषियों ने भी उनकी

स्तुति की। जब खर और उनके साथी राक्षस मारे गये तब राक्षस-राज रावण ने वन में पहुँचकर श्रीसीता जी का हरण कर लिया। 'वन' से सीता का हरण करने के कारण उस राक्षस को 'रावण' कहा गया क्योंकि राम शब्द से 'रा' और 'वन' से 'वन' लेने पर रावण नाम बन जाता है। अथवा जो दूसरों को रूलावे वह रावण कहा जाता है।

एक समय की बात है—रावण ने कैलाश को उठा लिया तब शिवजी ने कैलाश को इतना भारी कर दिया कि वह उसे ही दावने लगा। तब तो उसने बड़ा भारी रव (शोर) किया, इसी से उसका नाम रावण हुआ।

सीता हरण के पश्चात् राम और लक्ष्मण दोनों ही उनकी खोज के निमित्त वन में विचरण करने लगे। तभी उनके सामने कबन्ध नामक एक राक्षस आया, उन्होंने उसे मार डाला और उसके कहने से वे शबरी के आश्रम पर गये। वहाँ शबरी ने उनका अत्यन्त भक्ति-भाव से सत्कार किया। फिर आगे चलने पर वायु पुत्र हनुमान से उनकी भेंट हुई। उन्होंने सुग्रीव को बुलाकर इन दोनों से मिल कराया और मंत्री होने पर राम-लक्ष्मण ने अपना सब हाल उनसे कहा।

सुग्रीव ने राम के अधिक पराक्रमी होने में संदेह किया और वाली द्वारा मारे हुए दुंदुभि नामक राक्षस का देह राम को दिखाया। राम ने उस राक्षस के शरीर की बात की बात में बहुत दूर फेंक दिया। और अपने एक बाण से ताड़ के सात वृक्षों को गिरा कर सुग्रीव के संदेह की निवृत्ति की। इससे सुग्रीव को बड़ी प्रसन्नता हुई।

इसके पश्चात् श्रीराम सुग्रीव के नगर में पहुँचे। वहाँ सुग्रीव ने घोर गर्जना कर वाली को युद्ध के लिए ललकारा। तब वाली भी घोर गर्जना करता हुआ अपने घर से दौड़ा हुआ आया। उस समय युद्ध में वाली श्रीराम के द्वारा मारा गया और किष्किंधा की राजगद्दी पर सुग्रीव का अभिषेक हुआ ॥ ११—२४ ॥

आदाय मैथिलीमद्य ददताश्वाशु गच्छत ।  
 ततस्ततार हनुमानब्धि लङ्कां समाययौ ॥२५  
 सीतां दृष्ट्वाऽसुरान्दृत्वा पुरं दग्ध्वा तथा स्वयम् ।  
 आगत्य रामेण सह न्यवेदयत् तत्त्वतः ॥२६  
 तदा रामः क्रोधीरूपी तानाहूयाथ वानरान् ।  
 तैः सार्धमादायस्त्राणि पृरीं लंकां समाययौ ॥२७  
 तां दृष्ट्वा तदधीशेन सार्धं युद्धमकारयत् ।  
 घटश्रोत्रसहस्राक्षजिद्भ्यां युक्तं तमाहवे ॥२८  
 हत्वा विभीषणं तत्र स्थाप्याथ जनकात्मजाम् ।  
 आदायाङ्कस्थितां कृत्वा स्वपुरं तैर्जंगाम सः ॥२९  
 ततः सिंहासनस्थः सन् द्विभुजो रघुनन्दनः ।  
 धनुर्धरः प्रसन्नात्मा सर्वाभरणभूषितः ॥३०  
 मुद्रां ज्ञानमयीं याम्ये वामे तेजः प्रकाशिनीम् ।  
 धृत्वा व्याख्याननिरतश्चिन्मयः परमेश्वरः ॥३१  
 उदग्दक्षिणयोः स्वस्य शत्रुघ्नभरतौ ततः ।  
 हनूमन्तं च श्रोतारमग्रतः स्यान्त्रिकोणगम् ॥३२  
 भरताघस्तु सुग्रीवं शत्रुघ्नाधौ विभीषणम् ।  
 पश्चिमे लक्ष्मणं तस्य धृतच्छत्रं सचामरम् ॥३३  
 तदधस्ती तालवृन्तकरी त्र्यस्रं पुनर्भवेत् ।  
 एवं षट्कोणमादौ स्वदीर्घाङ्गैरेष संयुतः ॥३४  
 द्वितीयं वायुदेवाद्यैराग्नेयादिषु संयुतः ।  
 तृतीयं वायुसूनुं च सुग्रीवं भरतं तथा ॥३५  
 विभीषणं लक्ष्मणं च अङ्गद चारिमर्दनम् ।  
 जाम्बवन्तं च युक्तस्ततो वृष्टिर्जयन्तकः ॥३६

विजयश्च सुराष्ट्रश्च राष्ट्रवर्धन एव च ।

अशोको धर्मपालश्च सुमन्त्रश्चैभिरावृतः ॥३७

ततः सहस्रद्वयवह्निर्धर्मज्ञो वरुणोऽनिलः ।

इन्द्रीशघातनन्ताश्च दशभिश्चैभिरावृतः ॥३८

बहिस्तदायुधैः पूज्यो नीलादिभिरलंकृतः ।

वसिष्ठवामदेवादिमुनिभिः समुपासितः ॥३९

इसके पश्चात् सुग्रीव ने अपने बानरों को बुलाकर कहा—  
 वीरो ! तुम से कोई दिशा छिपी हुई नहीं है । अतः तुम शीघ्र ही यहाँ  
 से जाकर श्री सीता जी की खोज करो । आज ही लौट कर इसकी  
 सूचना भगवान् श्रीराम को सुनाओ । फिर हनुमान जी समुद्र को  
 लांघकर लङ्का में जा पहुँचे । वहाँ उन्होंने सीताजी को देखा  
 और अनेक राक्षसों को मारकर लंका को जला डाला । फिर वे लौट-  
 कर श्रीराम के समक्ष उपस्थित हुए और उनको सब समाचार  
 सुनाया । उस समय श्रीराम को अत्यन्त क्रोधावेश हुआ और  
 बानरों को साथ लेकर लङ्का की ओर चल पड़े । लंका पर  
 आक्रमण करने के लिए उसका निरीक्षण किया गया और फिर युद्ध  
 छिड़ गया । लङ्कापति रावण का भाई कुम्भकर्ण मारा गया । फिर  
 इन्द्रजीत और रावण भी युद्ध में मारे गये । तब विभीषण  
 को लङ्का का राज्य देकर श्रीराम ने सीता जी को अपने बामाङ्ग में  
 प्रतिष्ठित किया और सब बानरों को साथ लेकर अयोध्या की ओर चल  
 पड़े । भगवान् श्रीराम अयोध्या के राज-सिंहासन पर प्रतिष्ठित  
 हो गये । उन धनुर्धर राम का स्वभाव ही प्रसन्न रहने का है । वे सब  
 प्रकार के अलंकारों से अलंकृत हैं । उनके दक्षिण हाथ में  
 ज्ञानमयी मुद्रा और वाम हाथ में तेज को प्रकाशित करने वाली  
 धनुर्मयी मुद्रा स्थित है । इस प्रकार द्विभुज रूपधारी श्रीराम स्वयं

व्याख्यान मुद्रा में स्थित हो रहे हैं। अब श्रीराम के उत्तर भाग में शत्रुघ्न और दक्षिण भाग में भरत हैं। हनुमान जी श्रीराम के सम्मुख करबद्ध खड़े हैं। यह भी त्रिकोण में स्थित हैं। भरत के नीचे की ओर सुग्रीव तथा शत्रुघ्न के नीचे की ओर विभीषण खड़े हुये हैं। श्रीराम के पीछे लक्ष्मण अपने हाथों में छत्र-चँवर लिए हुये बैठे हैं। भरत-शत्रुघ्न के हाथों में ताड़ के पंखे हैं। इस प्रकार लक्ष्मण, भरत, शत्रुघ्न एक त्रिकोण का स्थिति में हैं। भगवान् श्रीराम अपने बीजमन्त्र वाले दीर्घ अक्षरों के आवरण में घिरे बैठे हैं। भगवान् राम के आग्नेय आदि दिशाओं की ओर वासुदेव, संकपण, शान्ति, श्री, सरस्वती, प्रद्युम्न, अनिरुद्ध और रति हैं। श्रीराम इनसे युक्त रहते हुये द्वितीय आवरण में घिरे हैं। भरत, शत्रुघ्न, लक्ष्मण, हनुमान, सुग्रीव, अङ्गद, जाम्बवान् और विभीषण जब श्रीराम के साथ होते हैं तब तृतीय आवरण होता है। राष्ट्रवर्द्धन, अकोप, सुराष्ट्र, घृष्टि, जयन्त, विजय, सुमन्त और धर्मपाल के सहित भी तीसरा आवरण ही सिद्ध होता है। तब ब्रह्मा, इन्द्र, अग्नि, यम, वरुण, वायु, चन्द्रमा, निर्वृति, अनन्त और ईशान इन दस दिक्पालों से श्रीराम के आवृत होने पर चतुर्थ आवरण बन जाता है। इन दिक्पालों के बाहरी भाग में इनके आयुध रहते हैं। इसी आवरण में नल आदि बानर भगवान् को सुशोभित करते हैं। उनके साथ ही वसिष्ठ और वामदेव आदि महर्षि भी श्रीराम की उपासना में लीन दिखाई देते हैं ॥२५-३६॥

एवमुद्देशतः प्रोक्तं निर्देशस्तस्य चाधुना ।

त्रिरेखापुटमालिख्य मध्ये तारद्वयं खिखेत् ॥ ४०

तन्मध्ये बीजमालिख्य तदधः साध्यमालिखेत् ।

द्वितीयान्तं च तस्योर्ध्वं षष्ठ्यन्तं साधकं तथा ॥ ४१

कुरु द्वयं च तत्पाश्वर्त्तं लिखेद्वीजान्तरे रमाम् ।  
 तत्सर्वं प्रणवाम्यां च वेष्टयेच्छुद्धबुद्धिमान् ॥ ४२  
 दीर्घभाजि षडस्रे तु लिखेद्वीजं हृदादिभिः ।  
 कोणपाश्वर्त्ते रमामाये वदग्रेऽनङ्गमालिखेत् ॥ ४३  
 क्रोध कोणाग्रान्तरेषु लिख्य मन्त्र्यभितो गिरम् ।  
 वृत्तत्रयं साष्टपत्रं सरोजे विलिखेत्स्वरान् ॥ ४४  
 केसरे चाष्टपत्रे च वर्गाष्टकमथालिखेत् ।  
 तेषु मालामनोर्वर्णान्विलिखेद्भूमिसंख्यया ॥ ४५  
 अन्ते पञ्चाक्षराण्येवं पुनरष्टदलं लिखेत् ।  
 तेषु नारायणाष्टाणाल्लिख्य तत्केसरे रमाम् ॥ ४६  
 तद्वह्निर्द्वादशदलं विलिखेद्द्वादशाक्षरम् ।  
 अथोनमो भगवते बासुदेवाय इत्ययम् ॥ ४७

पूजा यन्त्र का संक्षिप्त वर्णन किया गया । अब उसका निर्देश करते हैं । सम रेखाओं के दो त्रिकोण बनाकर उनके बीच में पृथक्-पृथक् प्रणव लिखे, फिर उन दोनों के मध्य में आद्यबीज लिखे और उसके नीचे जो कार्य सिद्ध करना है, उसका उल्लेख करे । साध्य का नाम द्वितीयान्त हो और आद्यबीज के शीर्ष भाग में साधक का नाम षष्ठ्यन्त रहे । फिर बीज के इधर-उधर एक-एक कुरुपद का उल्लेख करे । बीज के मध्य भाग में तथा साध्य के ऊपर श्री लिखे । यह सब इस प्रकार लिखने चाहिये कि वे दोनों प्रणवों में सम्पुटित रहें । तत्पश्चात् छहों कोणों में दीर्घ स्वर वाले मूल बीज को उल्लिखित करे । फिर एक-एक के साथ हृदयाय नमः और शिर से स्वाहा लिखे । कोणों के वगल में श्रीं, ह्रीं, वलीं लिखे और कोण के अगले भाग में हुम् और हुम् के दोनों ओर ऐं लिखना चाहिये । इसके पश्चात् तीन वृत्त बनाकर वृत्तों के साथ

ही आठ दल वाला कमल बनावे । कमल की केसर में दो-दो अक्षर के क्रमपूर्वक सब स्वर वर्णों को लिखना चाहिए । कमल के आठ दलों में छः छः वर्ण के क्रम से उल्लेख करे । माला-मन्त्र के सैंतालीस वर्ण पूरे करने के लिए आठवें दल में पांच वर्ण ही रह जायेंगे । ऊपर बताये ङङ्ग से पुनः एक कमल बनाकर उसकी आठों पंखुड़ियों पर 'ॐ नमो नारायण' मन्त्र के एक-एक अक्षर को लिखे, उसके केसर में श्री लिखे । उसके ऊपर बारह पंखुड़ियों का कमल बनाकर उसकी प्रत्येक पंखुड़ी पर द्वादशाक्षर मन्त्र का एक-एक अक्षर लिखना चाहिए ॥४०-४७॥

आदिक्षान्तान्केसरेषु वृत्ताकारेण संलिखेत् ।

तद्वहिः षोडशदलं लिख्य तत्केसरे ह्रियम् ।

वभस्त्रिनतिसंयुक्तं दलेषु द्वादशाक्षरम् ।

तत्सन्निभ्विरजादीनां मन्त्रान्मन्त्री समालिखेत् ॥ ४६

हं लं भ्रं व्रं लूमं श्रं ज्ञं च लिखेत्सम्यक्ततो बहिः ।

द्वात्रिंशारं महापद्मं नादबिन्दुसमायुतम् ॥ ४७

विलिखेन्मन्त्रराजाणांस्तेषु दात्रेषु यत्नतः ।

ध्यायेदष्टवसूनेकादशरुद्रांश्च तत्र वै ॥ ४१

द्वादशेनांश्च धातारं वषट्कारं च तद्बहिः ।

भूगृहं वज्रशूलाढ्यं रेखात्रयसमन्वितम् ॥ ४२

द्वारोपेतं च राश्यादिभूपितं फणिसंयुतम् ।

अनन्तो वासुकिश्चैव तक्षः कर्कोपद्मकः ॥ ४३

महापद्मश्च शङ्खश्च गुलिकोऽष्टौ प्रकीर्तिताः ।

एवं मण्डलमालिख्य तस्य दिक्षु विदिक्षुच ॥ ४४



नारसिंहं च वाराहं लिखेन्मन्त्रद्वयं तथा ।

कूटो रेफानुग्रहेन्दुनादशक्त्यादिभिर्युतः ॥ ५५

यो नृसिंहः समाख्यातो ग्रहमारणकर्मणि ।

अन्त्याङ्घ्रीशवियद्विन्दुनादैर्वीजं च सौकरम् ॥ ५६

हुंकारं चात्र रोमस्य मालामन्त्रोऽधुनेरितः ।

तारो नतिश्च निद्रायाः स्मृतिर्भेदश्च कामिका ॥ ५७

रुद्रेण संयुता वह्निर्मधामरविभूषिता ।

दीर्घाक्रूरयुता ह्लादिन्यथो दीर्घसमायुता ॥ ५८

क्षुधा क्रोधिन्यमोघा च विश्वभष्यथ मेधया ।

युक्ता दीर्घज्वालिनी च सुसूक्ष्मा मृत्युरुपिणी ॥ ५९

सप्रतिष्ठा ह्लादिनी त्वक्क्ष्वेलप्रीतिश्च सामरा ।

ज्योतिस्तीक्ष्णाग्निसंयुक्ता श्व तानुस्वारसयुताः ॥ ६०

कामिकापञ्चमूलान्तस्तान्तान्तो थान्त इत्यथ ।

स सानन्तो दीर्घयुतो वायुः सूक्ष्मयुतो विषः ॥ ६१

कामिका कामका रुद्रयुक्ताथोऽथ स्थिरातपा ।

तापनी दीर्घयुक्ता भूरनलोऽनन्तगोऽनिलः ॥ ६२

नारायणात्मकः कालः प्राणाभो विद्यया युतः ।

पीतारातिस्तथा लान्तो योन्या युक्तस्ततो नतिः ॥ ६३

सप्तचत्वारिंशद्वर्णगुणान्तः स्पृष्टमनुः स्वयम् ।

राज्याभिषिक्तस्य तस्य रामस्योक्तक्रमात्लिखेत् ॥ ६४

इदं सर्वात्मकं यन्त्रं प्रागुक्तमृषिसेवितम् ।

सेवकानां मोक्षकरमायुरारोग्यवर्धनम् ॥ ६५

अपुत्राणां पुत्रदं च बहुना किमनेन वै ।

प्राप्नुवन्ति क्षणात्सम्यगत्त धर्मादिकानपि ॥ ६६

इदं रहस्यं परममीश्वरेणापि दुर्गमम् ।

इदं यन्त्रं समाख्यातं न देयं प्राकृते जने ॥ ६७ ॥ इति ॥

बारह पंखुड़ी वाले कमल की केसरों में 'अ' से 'क्ष' तक के वर्ण वृत्ताकार में लिखे । उसके बाहरी भाग में फिर सोलह पंखुड़ियों का कमल बनाकर, केसरों में ह्रीं अङ्कित करे । उसकी सोलह पंखुड़ियों में एक-एक पर एक-एक अक्षर के कम से 'हूं' 'फट्' 'नमः' और द्वादशाक्षर मन्त्र लिखना चाहिये । पंखुड़ियों की संधियों में हनुमान जैसे वीर पुरुषों के बीज मन्त्र लिखे । उसके बाहरी भाग में नाद बिन्दु से युक्त बत्तीस पंखुड़ियों का एक विशाल कमल बनावे । पंखुड़ियों पर नरसिंह मन्त्रराज के बत्तीस अक्षरों को क्रमपूर्वक लिखे । उन पंखुड़ियों में ही आठ वसु, एकादश रुद्र, द्वादश आदित्य और सबके धारक वषट्कार का न्यास एवं ध्यान करना चाहिये । इस बत्तीस पंखुड़ियों वाले कमल के बाहरी भाग में भूपुर यन्त्र बनावे और उसके चारों ओर वज्र तथा कोणों में मूल अंकित करे । भूपुर को तीन रेखाओं से मिलावे, यह रेखायें सत्य, रज, तमगुणों की सूचक हैं । मण्डप में बने द्वार के समान इसमें भी द्वार बनाना चाहिये । भूपुर में राशि आदि बनाकर भूपुर यन्त्र को शेष भाग से युक्त करना चाहिये ।

भूपुर यन्त्र-लेखन के पश्चात् उसकी चारों दिशाओं में नरसिंह बीजमन्त्र और कोणों में बारह बीज मन्त्र लिखना चाहिये । अनुग्रह, ह्नु, नाद, शक्ति आदि से युक्ता क्षुरी मन्त्र ही नरसिंह बीज मन्त्र हैं । यह मन्त्र शत्रुओं का नाश करने, ग्रह बाधाओं को शान्त करने और इच्छित सिद्धि प्राप्त कराने वाला है । अन्त्य वर्ण, अधोऽंश, बिन्दु, नाद

और शक्ति आदि से सम्पन्न 'हुम्' वाराह बीज-मन्त्र हैं । अब श्रीराम विषयक माला-मन्त्र को कहेंगे । इसमें प्रथम प्रणव, फिर नमः, निद्रा, स्मृति, मेद और कामिका है जो रुद्र से युक्त है, फिर अमर से अलंकृत अग्नि और मेधा कामिका है जो रुद्र से युक्त है, फिर अमर से अलंकृत अग्नि और मेधा है । फिर अक्रूर से युक्त दीर्घ कला है । फिर ह्लादिनी है और इसके बाद मानदा कला से विभूषित दीर्घ कला है, फिर झुवा है । यहाँ तक कि 'ॐ नमो भगवते रघुनन्दनाय' बन गया । इसके पश्चात् क्रोधिनी, अमोघा और मेधा से युक्त विश्व है । फिर दीर्घा है, ज्वालिनी सूक्ष्म से संयुक्त है । फिर प्रतिष्ठा से युक्त प्रणवकला है । फिर ह्लादिनी और त्वक् है । यहाँ तक 'रक्षोघ्नविशदाय' की पूर्ति हुई । फिर श्वेत्, प्रीति, अमर, ज्योति, अग्नि से युक्त तीक्ष्णा, अनुस्वार से युक्त श्वेता, फिर कामिका, व, द और अनन्त से युक्त न, दीर्घ स्वर युक्त वायु, सूक्ष्म इकार युक्त विष, कामिका, कामिका में रुद्र, स्थिरा और ए की मात्रा युक्त स है । इससे 'मधुरप्रसन्नवदनायामिततेजसे' बन गया । फिर तापिनी, दीर्घ भू, अनिल से 'बलाय' बना । फिर अनन्तग अनल, नारायणात्मक मकार और प्राण से 'रामाय' सिद्ध हुआ, विद्यामय अम्भस्, पीता, रति, ए की मात्रा युक्त व है, इससे विष्णवे बना । अन्त में नमः और प्रणव है । यह सैंतालीस अक्षरों वाला राज्याभिषिक्त श्रीराम से सम्बन्धित माला-मन्त्र है । सगुण होते हुए भी यह साधकों के तीनों गुणों को नष्ट करने वाला है । यह मन्त्र पूर्वोक्त क्रम-पूर्वक ही लिखा जाना चाहिये । उपरोक्त मन्त्र सर्वात्मक है । इसे प्राचीन कालीन विद्वानों ने बताया और अनेक ऋषि मुनियों ने इसके द्वारा साधना की है । इसके सेवन करने वाले साधकों को आरोग्य की प्राप्ति तथा आयु वृद्धि होती है और अन्त में वे इस संसार के बन्धनों से मुक्त हो जाते हैं । यह साधन पुत्रहीनों को पुत्र प्राप्त कराने वाला

है । धर्म, ज्ञान, वैराग्य, ऐश्वर्य आदि सभी अभीष्टों की इससे पूर्ति होती है । इसका साधन करने वाले जन शीघ्र ही अपना इच्छित प्राप्त करते हैं । यह रहस्य अत्यन्त गोपनीय है, परन्तु विना दीक्षा के अत्यन्त समर्थ विद्वान् के लिये भी कठिन है । अनाधिकारी पुरुषों को इसका कभी उपदेश न करे ॥४८-६७॥

ॐ भूतादिकं शोधयेद्द्वारपूजां  
कृत्वा पद्माद्यासनस्थः प्रसन्नः ।  
अर्चाविधावस्य पीठाद्यरोध्वपाश्चार्चनं  
मध्यपद्मार्चनं च ॥ १

कृत्वा मृदुश्लक्ष्णसुतुलिकायां  
रत्नासने देशिकमर्चयित्वा ।  
शक्ति चाधारव्यकां कूर्मनागौ  
पृथिव्यब्जे स्वासनाधः प्रकल्प्य ॥ २  
विघ्नेशं दुर्गां क्षेत्रपालं च वार्णीं  
बीजादि कांश्चाग्निदेशादिकांश्च ।  
पीठस्याङ्घ्रिष्वेव धर्मादिकांश्च  
नत्वा पूर्वाद्यासु दिक्ष्वर्चयेच्च ॥ ३  
मध्ये क्रमादर्कविध्वग्नितेजांस्यु-  
पयुं पर्यादिमैरर्चितानि ।  
रजः सत्त्व तम एतानि वृत्तत्रयं  
बीजाढ्यं क्रमाद्भावयेच्च ॥ ४  
आशाव्याशास्वप्यथात्मानमन्तरात्मानं  
वा परमात्मानमन्तः ।  
ज्ञानात्मानं चार्ययेत्तस्य दिक्षु  
मायाविद्धे ये कलापारतत्वे ॥ ५

संपूजयेद्विमलादीश्च शक्तीरभ्यर्चयेद्देवमावाहयेच्च ।  
अङ्गव्यूहानिलजाद्यैश्च पूज्य घृष्ट्यादिकैर्लोकपालैस्तदर्चैः

॥ ६ ॥

वसिष्ठाद्यैर्मुनिभिर्नीलमुख्यैराराघयेद्राघवं चन्दनाद्यैः ॥  
मुख्योपहारैर्विविधैश्च पूज्यैस्तस्मै जपादींश्च सम्यक्प्रकल्प्य

॥ ७ ॥

एवंभूतं जगदाधारभूतं रामं वन्दे सच्चिदानन्दरूपम् ।  
गदारिशङ्खाब्जधरं भवारिं स यो ध्यायेन्मोक्षमाप्नोति सर्वैः

॥ ८ ॥

विश्वव्यापी राघवो यस्तदानीमन्तर्दधे

शंखचक्रे गदाब्जे ।

धृत्वा रमासहितः सानुजश्च

सपत्नः सामुगः सर्वलोकी ॥ ९

तद्भक्ता ये लब्धकामाश्च भुक्त्वा

तथा पदं परमं यान्ति ते च ।

इमा ऋचः सर्वकामार्थदाश्च

ये ते पठन्त्यमला यान्ति मोक्षम् ॥ १०

इति पंचमोपनिषत् । चिन्मयेऽस्मिन्त्रयोदश । स्वभूज्योति-  
स्तिस्त्रः । सीतारामावेका । जीववाची षट्षष्टिः । भूतादिकमेका-  
दश । पंचखण्डेषु त्रिनवतिः ॥ इति ॥

द्वारपूजा करके पद्यासन या अन्य आसन लगावे और पंचभूत  
की शुद्धि करे । श्रीराम की पूजा-विधि में सिंहासन की पीठ की निचला

भाग, ऊपर का भाग, अगल-वगल भी पूजन किया जाता है। पीठ के ऊपर बीच में स्थित आठ दल वाले कमल को भी पूजे। रत्न जटिट सिंहासन पर कोमल और चिकनी गद्दी की भावना कर उस पर ईश्वर रूप आचार्य की पूजा करे। पीठ के निचले भाग में, उपास्यदेव के आसन के नीचे आश्रयशक्ति, कूर्म, नाग और पृथ्वीयुक्त दो कमलों की भावना कर, उन सब का पूजन करे।

विघ्न, दुर्गा, क्षेत्रपाल और वाणी के साथ आदि में बीज लगाकर नाम के साथ चतुर्थी विभक्ति लगाकर पूजा करे। फिर पीठ के पायों में धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष का अग्नि कोण आदि में पूजन कर अधर्म, अनर्थ, अकाम और अमोक्ष को भी पूर्वोदि दिशाओं में पूजे। फिर पीठ के ऊपर के मध्य भाग में सूर्य, चन्द्र, अग्नि का पूजन करे। यन्त्र स्थित सत्त्व, रज तम के प्रतीक बीज सहित तीन वृत्तों का भी चिन्तन एवं पूजन करे।

फिर दिशाओं और कोणों में बने हुये कमल के आठ दलों का पूजन करे। इनमें जो दल मध्य स्थित दिशा में है, उनमें आग्नेयकोण से क्रमशः आत्मा, अन्तरात्मा, परमात्मा और ज्ञानात्मा की पूजा करे। पूर्वोदि दिशाओं में माया, विद्या, कला और पर इन तत्त्वों को पूजे। फिर विमला आदि शक्तियों को पूजे। फिर मुख्य देवता का आह्वान और अर्चन करे। फिर अङ्गव्यूहों का पूजन करे और वृष्टि आदि लोकपाल और उनके अस्त्र, वशिष्ठ आदि मुनि फिर नील आदि के साथ चन्दन आदि विभिन्न लेपनों और अलंकारों आदि के द्वारा श्रीराम का पूजन कर जप आदि समर्पित करे। "संसार के आश्रयभूत, गदा, चक्र, शङ्ख, पद्मधारी भव-बन्ध के काटने वाले सच्चिदानन्द स्वरूप और अत्यन्त महिमावान हैं उन परमेश्वर श्रीराम को मैं नमस्कार करता हूँ।" इस प्रकार उनकी स्तुति करे। जो उपासक ऐसा करते हैं, वे मोक्ष को अवश्य प्राप्त करते हैं।

लीला-संवरण-काल में ही श्रीराम देह सहित अन्तर्ध्यान हो गए । उनके आयुध भी साथ ही अन्तर्ध्यान हो गये । वे अपने स्वाभाविक रूप को धारण कर सीता सहित परधाम में पहुँच गये । उनके साथ ही उनका सब परिवार, प्रजाजन, विभीषण आदि भी परमधाम में गए । उनके भक्त इच्छित भोगों को प्राप्त करते हैं और उनका उपभोग कर अन्त में परमपद प्राप्त करते हैं । यह ऋचायें सम्पूर्ण अभीष्टों और अर्थों की देने वाली हैं । इनका पाठ करने वाले भक्तजन पवित्र अन्तःकरण वाले होकर मोक्ष को प्राप्त होते हैं ॥ १-१० ॥

॥ रामपूर्वतापिन्युपनिषद् समाप्त ॥

# गोपालपूर्वतापिन्युपनिषत्

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवा भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ।  
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टु वांसस्तनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः । स्वस्ति न  
इन्द्रो बृहदश्रवाः ॥ स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः ॥ स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो  
अरिष्टनेमिः । स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥ ॐ शान्तिः शान्तिः  
शान्तिः ।

शान्ति पाठ—हे पूज्य देवो ! हम कानों से कल्याण सुनें, आँखों  
से कल्याण को देखें । सुदृढ़ अङ्गों तथा देह के द्वारा तुम्हारी स्तुति करते  
रहें और देवताओं ने हमारे लिये जो आयुष्य नियत कर दिया है उसे  
भोगें । महान कीर्ति वाला इन्द्र हमारा कल्याण करे, सब को जानने  
वाले पूषा देव हमारा कल्याण करें, जिसकी गति रोकी न जा सके ऐसे  
गरुड़ देव हमारा कल्याण करें और बृहस्पति हमारा कल्याण करें ।  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

हरिः ॐ सच्चिदानन्दरूपाय कृष्णायाश्चिष्टकर्मणे ।

तमो वेदान्तवेद्याय गुरुवे बुद्धिसाक्षिणे ॥

मुनयो ह वै ब्राह्मणमूढुः । कः परमो देवः । कुतो मृत्यु-  
बिभेति । कस्य विज्ञानेनाखिलं विज्ञातं भवति । केनेदं विश्वं  
संसरतीति । तदुहोवाच ब्राह्मणः । कृष्णो वै परमं दैवतम् ।  
गोविन्दान्मृत्युबिभेति । गोपीजनवल्लभज्ञानेनैतद्विज्ञातं भवति ।  
स्वाहेदं विश्वं संसरतीति । तदुहोचुः । कः कृष्णः । गोविन्दश्च  
कोऽसाविति । गोपीजनवल्लभश्च कः । का स्वाहेति । तानुवाच  
ब्राह्मणः । पापकर्षणो गोभूमिवेदवेदितो गोपीजनविद्याकलाप-



प्रेरकः । तन्माया चेति सकलं परं ब्रह्मैव तत् । यो ध्यायति रसति भजति सोऽमृतो भवतीति । ते होचुः । किं तद्रूपं किं रसनं किमाहो तद्भजनं तत्सर्वं विविदिषतामाख्याहीति । तद्रुहोवाच हैरण्यो गोपवेषमभ्रामं कल्पद्रुमाश्रितम् । तदिह श्लोका भवन्ति ॥ सत्पुण्डरीकनयनं मेघार्भं वैद्युताम्बरम् । द्विभुजं ज्ञानमुद्राढ्यं वनमालिनमीश्वरम् ॥ १ ॥ गोपगोपीगवावीतं सुरद्रुमतलाश्रितम् । दिव्यालंकणोपेतं रत्नपङ्कजमध्यगम् ॥ २ ॥ कालिन्दी-जलकल्लोलसङ्गिभारुतसेवितम् । चिन्तयञ्चेतसा कृष्णं मुक्तो भवति संसृतेः ॥ ३ ॥

सच्चिदानन्द स्वरूप परमेश्वर श्रीकृष्ण के नाम में 'कृप' शब्द सत्ता-वाचक और 'न' शब्द आनन्दबोधक है । यह सच्चिदानन्द स्वरूप श्रीकृष्ण अतायास ही सब कुछ कर सकने में समर्थ हैं, सब की बुद्धि के साक्षी और सब के जानने योग्य है । वे सम्पूर्ण विश्व के गुरु हैं । उनके लिये नमस्कार हो ।

एक समय मुनियों ने ब्रह्माजी से प्रश्न किया कि "भगवन् ! कौन देवता सर्वश्रेष्ठ है ? मृत्यु किससे भय मानती है ? किसके तत्त्व को भले प्रकार जान लेने पर सब कुछ जान लिया जाता है ? यह जगत् किसकी प्रेरणा से आवागमन के चक्र में घूमता है ?"

ब्रह्माजी ने मुनियों को उत्तर दिया—“सर्वश्रेष्ठ देवता श्रीकृष्ण हैं, वही गोविन्द हैं, उनसे मृत्यु भी भयभीत रहती है । उन गोपीजन-चल्लभ के तत्व को जो कोई जान लेता है, उसे अनजाना कुछ नहीं रहता । स्वाहा रूप-माया की प्रेरणा से यह सम्पूर्ण जगत् आवागमन के चक्र में पड़ा घूम रहा है ।”

तब उन मुनियों ने पुनः प्रश्न किया—“यह श्रीकृष्ण कौन हैं ? गोविन्द कौन हैं ? गोपीजन-वल्लभ कौन हैं ? स्वाहा कौन है ? यह सब कृपाकर हमें बतावें ।”

ब्रह्माजी बोले—“श्रीकृष्ण पापों का अपकर्षण करने वाले हैं । वही गोविन्द नाम से गौ, भूमि तथा वेदवाणी के जानने हारे के रूप में प्रसिद्ध हैं । गोपीजन-वल्लभ अविद्या के निवारक और अन्तरङ्ग शक्ति-रूप ब्रज-वनिताओं में सब ज्ञानमयी विद्याओं और चौंसठ कलाओं का ज्ञान भरने वाले हैं । इनकी माया शक्ति स्वाहा है । यह सब परमेश्वर के ही रूप हैं । इस प्रकार श्रीकृष्ण नाम से परब्रह्म ही प्रसिद्ध हुये हैं । जो मनुष्य उनके इस रूप का ध्यान करता है तथा उनके अमृतत्व को प्राप्त कराने वाले नामों को अपता है, या उनका भजन करता अथवा गुणानुवाद गाता है यह अवश्य ही अमृतत्व को प्राप्त करता है ।

तब उन मुनियों ने पुनः पूछा—“ध्यान करने के योग्य श्रीकृष्ण का कैसा रूप है ? उनके नाम रूप अमृत का रस किस प्रकार चाखा जा सकता है ? उनका भजन किस प्रकार होता है ? हमें यह सब बात स्पष्ट बताइये ।”

ब्रह्माजी ने बताया कि “भगवान के जिस रूप का ध्यान करना चाहिये उसका वेष बाल-बाल जैसा है । उनका वर्ण नवीन जलधर के तुल्य श्याम है, किशोर अवस्था है और दिव्य कल्पतरु के नीचे वे विराजमान हैं । उनका सौन्दर्य अपूर्व है और गोप तथा गोपियों से चारों ओर से घिरे हैं । जमुना जल की लहरों के स्पर्श से शीतल वायु भगवान की सेवा कर रही है । ऐसे रूप का चिन्तन करने वाला भव-बन्धन से छुटकारा पा जाता है” ॥ १—३ ॥

तस्य पुना रसनमितिजलभूमि तु संपाताः । कामादि  
कृष्णायेत्येकं पदम् ॥ गोविन्दायेति द्वितीयम् । गोपीजनेति तृती-

यम् । वल्लभेति तुरीयम् । स्वाहेति पञ्चममिति पञ्चपदं  
जपन्पञ्चाङ्गं द्यावाभूमौ सूर्याचन्द्रमसौ तद्रूपतया ब्रह्म संपद्यत  
इति । तदेव श्लोकः क्लीमित्येतदादावादाय कृष्णाय गोविन्दाय  
गोपीजनवल्लभायेति बृहन्मानव्यासकृदुच्चरेद्योऽसौ गतिस्तस्यास्ति  
मद्भु नान्या गति स्यादिति । भक्तिरस्य भजनम् । एतदिहा  
मुत्रोपाधिनैराशयेनामुष्मिन्मनःकल्पनम् । एतदेव च नैष्कर्म्यम् ।  
कृष्णं तं विप्रा बहुधा यजन्ति । गोविन्दं सन्तं बहुधा आराध-  
यन्ति । गोपीजनवल्लभो भुवनानि दध्ने स्वाहाश्रितो जगदेतत्सु-  
रेताः ॥ १ ॥ वायुर्यथैको भुवनं प्रविष्टो जन्त्येजन्त्ये पञ्चरूपो  
वभूव । कृष्णस्तदेकोऽपि जगद्धितार्थं शब्देनासौ पञ्चपदो  
विभाति ॥ २ ॥ इति ॥

ते होत्रुरुपासनमेतस्य परमात्मनो गोविन्दस्याखिला-  
धारिणो बूहीति । तानुवाच यत्तस्य पीठं हैरण्याष्टपलाश-  
मम्मुजं तदन्तराधिकानलास्त्रयुगं तदन्तरालद्यर्णाखिलबीजं  
कृष्णाय नम इति बीजाढ्यं सन्नह्या ब्राह्मणमादायानङ्गायत्रीं  
यथावदालिख्य भूमण्डलं शूलवेष्टितं कृत्वाङ्गवासुदेवादिरुक्मिण्या-  
दिस्वशक्तिं नन्दादिवसुदेवादिपार्थादिनिष्ठ्यादिवीतं यजेत्संख्यासु  
प्रतिपत्तिभिरुपचारः । तेनास्याखिलं भवत्यखिलं भवतीति ॥ २ ॥  
तदिह श्लोका भवन्ति । एको वशी सर्वगः कृष्णः ईड्य एकोऽपि  
सन्बहुधा यो विभाति । तं पीठं येऽनुभजन्ति धीरास्तेषां सिद्धिः  
शाश्वती नेतरेषाम् ॥ ३ ॥ नित्यो नित्यानां चेतनश्चेतनानामेको  
बहूनां यो विदध्याति कमान् । तं पीठं येऽनुभजन्ति धीरास्तेषां  
सुखं शाश्वतं नेतरेषाम् ॥ ४ ॥ एतद्विष्णोः परमं पदं ये  
नित्योद्युक्तास्तं यजन्ति न कामात् । तेषामसौ गोपरूपः प्रयत्ना  
त्प्रकाशयेदात्मपदं तदेव ॥ ५ ॥

क्लीं काम बीज है । जो उपासक इसे आदि में रखकर कृष्णाय

गोविन्दाय, गोपीजन वल्लभाय इन तीनों पदों का स्वाहा सहित उच्चारण करेगा, वह शीघ्र ही श्रीकृष्ण से मिलकर मुक्ति को प्राप्त होगा। इसके लिए इससे भिन्न कोई गति नहीं समझनी चाहिये। इनकी भक्ति करना ही भजन माना गया है। भजन करना उसे कहते हैं, जिसमें साधक अपने भोगों की इच्छा को पूर्ण रूप से त्याग कर अपने मन और इन्द्रियों को उन्हीं में समर्पित कर देता है। इसी को वास्तविक संन्यास कहा गया है। वेद के ज्ञाता ब्राह्मण भगवान् श्रीकृष्ण का अनेक प्रकार से यजन करते तथा भक्तजन गोविन्द नाम से उनकी उपासना करते हैं। सम्पूर्ण संसार का पालन करने वाले वे ही गोपीजन-वल्लभ हैं, जिन्होंने अपनी स्वाहा नाम वाली माया शक्ति के द्वारा इस विद्वत् की रचना की। जैसे सम्पूर्ण संसार में एक ही वायु-तत्त्व है, परन्तु वह प्रत्येक शरीर में प्राण आदि पाँच रूपों में रमा हुआ है, वैसे ही भगवान् श्रीकृष्ण भी एक ही हैं, परन्तु इस मन्त्र में ये पाँच नामों वाले जान पड़ते हैं। इस मन्त्र में कहे हुए पाँचों नाम एक ही श्रीकृष्ण का प्रतिपादन करने वाले हैं।

फिर उन मुनियों ने पूछा—‘विश्व के आधारभूत भगवान् श्रीकृष्ण की उपासना किस प्रकार होती है, कृपा पूर्वक इसका वर्णन कीजिये।’

तब श्री ब्रह्माजी ने भगवान् श्रीकृष्ण की पीठ का वर्णन किया और बोले—“पीठ पर सुवर्णयुक्त एक कमल बनावे, उसमें आठ पंखु-दियाँ हों, उसके बीच में दो त्रिकोण अंकित करे, वे परस्पर सम्पुटित हों। ऐस छः कोण बनावे। कोणों में स्थित कणिका में सभी अक्षीष्टों को पूर्ण करने वाले काम-बीज का अंकन करे। फिर हरेक कोण में क्लीं बीज युक्त ‘कृष्णाय नमः’ को क्रमशः एक-एक अक्षर करके लिखे। फिर ब्रह्म-मन्त्र और काम-गायत्री विधिपूर्वक लिख कर

आठ वज्रों से आवेष्टित पृथिवी मण्डल बनावे । फिर अङ्ग, वासुदेव, रुक्मिणी, इन्द्र, वसुदेव, पार्य और निधि आदि अष्टावरणों से घेर कर उसका पूजन करना चाहिये ।

तीनों संध्याओं के समय षोडश उपचारों द्वारा उक्त आवरणों वाले श्रीकृष्ण की पूजा करे । ऐसा करने से साधक चारों पदार्थों को प्राप्त करता है ।

भगवान् श्रीकृष्ण सर्वव्यापी, सब पर शासन करने वाले हैं, वे सदा स्तुति के योग्य हैं । एक होकर भी वे अनेक रूपों में दिखाई देते हैं । जो ज्ञानो भक्त ऊपर कही हुई पीठ पर प्रतिष्ठित भगवान् श्रीकृष्ण की नित्य प्रति पूजा करते हैं, उन्हें स्याई मुख की प्राप्ति होती है ।

जो श्रीकृष्ण सब साधकों का अभीष्ट पूर्ण करते हैं, जो नित्य में भी नित्य और चैतन्यों में भी चैतन्य हैं, उन्हें पहले कही हुई पीठ में प्रतिष्ठित करे । जो इस प्रकार उनका अर्चन करते हैं वे परम सिद्धि के अधिकारी होते हैं ।

जो भगवान् विष्णु के परमपद रूप इस मन्त्र को नित्य प्रति उत्साह सहित विधिपूर्वक पूजते हैं और भगवत्-प्राप्ति के सिवाय अन्य किसी वस्तु को नहीं चाहते, उनके लिये गोपस्वरूप श्रीकृष्ण अपने परमपद को शीघ्र ही प्रकाशित कर देते हैं ॥ १—५ ॥

यो ब्रह्माणं विदधाति पूर्वं यो विद्यां तस्मै गोपयति स्म कृष्णः । तं ह वैवमात्मबुद्धिप्रकाशं मुमुक्षुः शरणं ब्रजेत् ॥ ६ ॥  
ओङ्कारेणान्तरितं ये जपन्ति गोविन्दस्य पञ्चपदं मनुम् । तेषां मसौ दर्शयेदात्मरूपं तस्मान्मुमुक्षुरभ्यसेन्नित्यशान्त्यै ॥ ७ ॥  
एतस्मा एव पञ्चपदादभूवन्नोविन्दस्य मनवो मानवानाम् ।

दशार्णाद्यास्तेऽपि संक्रन्दाद्यै रभ्यस्यन्ते भूतिकार्यथावात् ॥८॥

जो सृष्टि के पूर्व काल में ब्रह्माजी उत्पन्न कर उन्हें वेद-ज्ञान देते और उनसे साम-गान कराते हैं, जो सम्पूर्ण प्राणियों को बुद्धि रूप प्रकाश प्रदान करते हैं, मुमुक्षु व्यक्ति उन्ही भगवान् श्रीकृष्ण की शरण प्राप्त करे ।

भगवान् गोविन्द के पञ्चपदी मन्त्र की ओंकार सम्पुट कर जप करने वाले साधक शीघ्र ही उनके दर्शन करते हैं । इसलिये भव-बन्धन से मुक्त होने की कामना करने वाले साधक को नित्य शांति की प्राप्ति के लिये उक्त मन्त्र का ही जप करना चाहिये ।

इस पञ्चपदी मन्त्र से ही दशाक्षर आदि अन्य मन्त्र भी प्रकट हुए हैं । वे सभी मन्त्र मानव का कल्याण करने वाले हैं । उन मन्त्रों का भी ऐश्वर्य-कामना वाले इन्द्रादि देव विधिपूर्वक सदा जप करते रहते हैं ॥६—८॥

ते पप्रच्छुस्तदुहोवाच ब्रह्मसदनं चरतो मे ध्यातः स्तुतः परमेश्वरः परार्धान्ते सोऽब्रुव्यत । कोपदेष्टा मे पुष्पः पुरस्तादा-विर्बभूव । ततः प्रणतो मायानुकूलेन हृदा मह्यमष्टादशार्णस्वरूपं सृण्डये दत्त्वान्तर्हितः । पुनस्ते सिसृक्षतो मे प्रादुरभूवन् । तेऽव-क्षरेषु विभज्य भविष्यज्जगद्रूपं प्रकाशयम् । तदिह कादाका-लात्पृथिवीतोऽग्निर्विन्दोरिन्दुस्तत्संपातात्तदर्क इति । क्लींकाराद-जस्रं कृष्णादाकाशं खाद्यायुस्तरात्सुरभिर्विद्याः प्रादुरकार्षमका-र्षमिति । तदुत्तरात्स्नापुंसादिभेदं सकलमिदं सकलमिदमिति ॥ ३ ॥ एतस्यैव यजनेन चन्द्रध्वजो गतमोहमात्मानं वेदयति । ओंकारालिक मनुमावर्तयेत् । सङ्गरहितोऽभ्यानयत् । तद्विष्णोः

परमं पदं सदा पश्यन्ति सूरयः । दिवीव चक्षुराततम् । तस्मा-  
देतन्मित्यमावर्तयेन्नित्यमावर्तयेदिति ॥४॥ तदाहुरेके यस्य प्रथ-  
मपदाद्भूमिर्मिद्वितीयपदाज्जलं तृतीयपदाद्येजश्चतुर्थपदाद्यायुश्चर-  
मपादाद्व्योमेति । वैष्णवं पञ्चव्याहृतिमयं मन्त्रं कृष्णावभासकं  
कैवल्यस्य सृष्ट्यै सततमावर्तयेत्सततमावर्तयेदिति ॥ ५ ॥ तदत्र  
गाथाः ॥ यस्य चाद्यपदाद्भूमिर्मिद्वितीयात्सलिलोद्भवः । तृतीयाः  
तेज उद्भूतं चतुर्थगन्धवाहनः ॥ १ ॥ पञ्चमादम्बरोत्पत्तिस्त-  
मेवैकं समभ्यसेत् । चन्द्रध्वजोऽगमद्विष्णोः परमं पदमव्ययम्  
॥ २ ॥ ततो विशुद्धं विमल विशोकमशेषलोभादिनिरस्तसङ्गम् ।  
यत्तत्पदं पञ्चपद तदेव स वासुदेवो न यतोऽन्यदस्ति ॥ ३ ॥  
तमेकं गोविन्दं सन्निधानन्दविग्रहं पञ्चपद वृन्दावनसुरभूरह-  
तलासीनं । सततं मरुद्गणोऽहं परमया स्तुत्या स्तोष्यामि ॥

ब्रह्माजी ने कहा—जब मेरी परार्थ आयु भगवान की स्तुति  
करते बीत गई तो मुझे गोप बेपवारी भगवान का दर्शन प्राप्त हुआ ।  
उन्होंने मुझे अष्टद्वशाक्षर मन्त्र का उपदेश देकर सृष्टि रचना की प्रेरणा  
की । मैंने इस मन्त्र के ‘क’ अक्षर से जल की, ‘ल’ से पृथ्वी की, ‘ई’ से  
अग्नि की, अनुस्वार से चन्द्रमा की और समग्र ‘क्लीं’ से सूर्य की रचना  
की । मन्त्र के द्वितीय पद ‘कृष्णाय’ से आकाश और वायु की, ‘गोविन्दाय’  
से कामधेनु और वेदों की तथा ‘गोपीजन वल्लभाय’ से पुरुष-स्त्री की  
रचना की । अन्त के ‘स्वाहा’ पद से चराचर जगत को उत्पन्न किया ।  
इस अष्टाक्षर मन्त्र से ही प्राचीन समय में चन्द्रध्वज राजा सोहरहित  
होकर पूर्ण आत्मज्ञान के अधिकारी बने थे । भगवान कृष्ण के गोलो-  
कधाम की प्राप्ति इसी मन्त्र से होती है ।

वह जो परम विशुद्ध, विमल, शोक रहित, आसक्ति और

वासना से पृथक् गोलोक घाम है वह इस मन्त्र से अभिन्न है । यह मन्त्र साक्षात् वासुदेव स्वरूप ही है । उनकी 'स्तुति' निम्न श्लोकों से करनी चाहिये ।

ॐ नमो विश्वस्वरूपाय विश्वस्थित्यन्तहेतवे । विश्वेश्वराय विश्वाय गोविदाय नमोनमः ॥ १ ॥ नमो विज्ञानरूपाय परमानन्दरूपिणे । कृष्णाय गोपीनाथाय गोविन्दाय नमोनमः ॥ २ ॥ नमः कमलनेत्राय नमः कमलमालिने । नमः कमलनाभाय कमलापतये नमः ॥ ३ ॥ वर्हापीडाभिरामाय रामायाकुण्ठमेधसे । रमामानसहंसाय गोविदाय नमोनमः ॥ ४ ॥ कंसवंशविनाशाय केशिचापूरघातिने । वृषभध्वजवन्द्याय पार्थसारथ्ये नमः ॥ ५ ॥ वेणुनादविनोदाय, गोपालाहिमदिने । कालिन्दीकूललोलाय, लोलकुण्डलधारिणे ॥ ६ ॥ वल्लवीवदनाम्भोजमालिने नृत्तशालिने । नमः प्रणतपालाय श्रीकृष्णाय नमोनमः ॥ ७ ॥ नमः पापप्रणाशाय गोवर्धनधराय च । पूतनाजीविशान्ताय तृणावर्तिसुहारिणे ॥ ८ ॥ निष्कलाय विमोहाय शुद्धायाशुद्धवैरिणे । अद्वितीयाय महते श्रीकृष्णाय नमोनमः ॥ ९ ॥ प्रसीद परमानन्द प्रसीद परमेश्वर । आघ्रिव्याघ्रिभुजङ्गेन दष्टं मामुद्धर प्रभो ॥ १० ॥ श्रीकृष्ण रुक्मिणीकांत गोपीजनमनोहर । संसारसागरे मग्नं मामुद्धर जगद्गुरो ॥ ११ ॥ केशव क्लेशहरण नारायण जनार्दन । गोविंद परमानन्द मां समुद्धर माधव ॥ १२ ॥ अथैवं स्तुतिभिराधयामि । तथा यूयं पञ्चपदं जपन्तः श्रीकृष्णं ध्यायन्तः संसृतिं तरिष्यथेति होवाच हैरण्यगर्भः । अमुं पञ्चपदं मनुमार्वतयेद्यः स यात्यनायासतः केवलं तत्पदं तत् । अनेजदेकं मनसो जवीयो नैन द्देवा अप्नुवन्पूर्वमर्षदिति । तस्मात्कृष्ण एव परमो देवस्तं ध्यायेत् । तं रसयेत् । तं यजेत् । तं यजेत् । तं भजेत् । ओं तत्सदित्युपनिषत् ॥ तत्सत् ॥



हे मुनिश्रेष्ठो ! जिस प्रकार मैं इन स्तुतियों को करता हूँ, उसी प्रकार तुम भी इस मन्त्र द्वारा श्रीकृष्ण की आरधना करके संसार समुद्र से तर जाओगे । इस जप को करने वाला भगवान् के परमपद को प्राप्त हो जाता है । देवता ( वाणी आदि ) वहाँ तक कभी नहीं पहुँच सकते । इसलिये सदैव भगवान् कृष्ण का ही ध्यान करे, मन्त्र-जप द्वारा उनके नामामृत का रसास्वादन करे तथा नित्य उन्हीं का भजन करे—उन्हीं का भजन करे ।

॥ गोपालपूर्वतापनी उपनिषद् समाप्त ॥

## कृष्णोपनिषत्

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवा भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ॥  
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुः वांसस्तनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः ॥ स्वस्ति न  
इन्द्रो बृद्धश्रवाः ॥ स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः ॥ स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो  
अरिष्टनेमिः ॥ स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥ ॐ शान्तिः,  
शान्तिः, शान्तिः ।

हे पूज्य देवो ! हम कानों से कल्याण सुनें, आँखों से कल्याण  
को देखें । सुदृढ़ अङ्गों तथा देह के द्वारा तुम्हारी स्तुति करते रहें और  
देवताओं ने हमारे लिये जो आयुष्य नियत कर दिया है उसे भोगें ।  
महान कीर्ति वाला इन्द्र हमारा कल्याण करे, सब को जानने वाले पूषा  
देव हमारा कल्याण करें जिसकी गति रोकी न जा सके ऐसे गरुड़देव  
हमारा कल्याण करें और बृहस्पति हमारा कल्याण करें ! ॐ शान्ति,  
शान्ति, शान्ति ॥

हरिः ॐ श्रीमहाविष्णुं सच्चिदानन्दलक्षणं रामचन्द्रं  
दृष्ट्वा सर्वाङ्गसुन्दरं मुनयो वनवासिनो विस्मिता बभूवुः । तं  
होचुर्नोऽविद्यमवतारान्वै गण्यन्ते आलिङ्गामो भवन्तमिति । भवा-  
न्तरे कृष्णावतारे यूयं गोपिका भूत्वा मामालिङ्गथ अन्ये येष्व-  
तारास्ते हि गोपा न स्त्रीश्च नो कुरु ।

अन्योन्यविग्रहं धार्यं तवाङ्गस्पर्शनादिह ।  
शश्वत्स्पर्शयितास्माकं गृह्णीमोऽवतान्वयम् ॥१॥  
रुद्रादीनां वचः श्रुत्वा प्रोवाच भगवान्स्वयम् ।

अङ्गसङ्गं करिष्यामि भवद्वाक्यं करोम्यहम् ॥२

श्रीकृष्ण के अवतार ग्रहण करने से पहिले की बात है। जब भगवान् ने देवताओं को पृथिवी पर अवतीर्ण होने की आज्ञा दी, तब सम्पूर्ण देवताओं ने भगवान् से कहा—‘प्रभो ! हम देवता होकर पृथिवी पर जन्म ग्रहण करें, यह हमारे लिए शोभा की बात कदापि नहीं होगी। हम स्वेच्छा से तो पृथिवी पर जन्म नहीं ले सकते, परन्तु आपकी आज्ञा के कारण हमें वहाँ जन्म लेना ही होगा। फिर भी प्रभो ! हमें गोपों और स्त्रियों के रूप में वहाँ जन्म देना। आपके अङ्ग-स्पर्श से वञ्चित रह कर हम कहीं नहीं रहना चाहते। यदि आपकी समीपता से दूर करने के लिये हमें मनुष्य बनना पड़े तो हम ऐसे मनुष्य-जन्म को कभी स्वीकार न करेंगे। यदि वहाँ आपके सान्निध्य का और अङ्ग-स्पर्श का अवसर मिलता रहे तो हम पृथिवी पर जन्म लेने के लिये प्रस्तुत हैं।’ देवताओं के ऐसे प्रेम-पूर्ण वचनों को सुनकर भगवान् बोले—‘देवगण ! तुम्हारी इच्छा अवश्य पूर्ण होगी और मनुष्य जन्म में तुम्हें मेरे अङ्ग-स्पर्श का अवसर मिलता रहेगा’ ॥ १-२ ॥

मोदितास्ते सुराः सर्वे कृतकृत्याधुना वयम् ।

यो नन्दः परमानन्दो यशोदा मुक्तिगेहिनी ॥३

माया सा त्रिविधा प्रोक्ता सत्त्वरजसतामसी ।

प्रोक्ता च सार्त्तिकी रुद्रै भक्ते ब्रह्मणि राजसी ॥४

तामसी दैत्यपक्षेषु माया त्रेधा ह्य दाहता ।

अजेया वैष्णवी माया जप्येन च सुता पुरा ॥५

देवकी ब्रह्मपुत्रा सा या वेदैरुपगीयते ।

निगमो वसुदेवो यो वेदार्थः कृष्णरामयोः ॥६

स्तुवते सततं यस्तु सोऽवतीर्णो महीतले ।  
वने वृन्दावने क्रीडन्गोपगोपीसुरः सह ॥७

गोप्यो गाव ऋचस्तस्य यष्टिका कमलासनः ।  
वंशस्तु भगवान्कद्रः शृंगमिन्द्रः सगोसुरः ॥८

गोकुलं जनवैकुण्ठं तापसास्तत्र ते द्रुमाः ।  
लोभक्रोधादयो दैत्याः कलिकालस्तिरस्कृतः ॥९

भगवान् द्वारा प्राप्त इस आश्वासन से सब देवता अत्यन्त प्रसन्न हुये और परस्पर कहने लगे—‘अब हम धन्य हो गये’ । फिर सब देवता भगवान् की सेवा के लिये अवतीर्ण हुए । नन्द के रूप में भगवान् का परम आनन्दमय अंश उत्पन्न हुआ । यशोदा के रूप में भुक्ति देवी प्रकट हुई । तीन प्रकार की माया कही गई है—सात्विकी, राजसी और तामसी । छद्र भगवान् में सात्विकी माया है, ब्रह्माजी में राजसी और दैत्यों में तामसी माया समाविष्ट हुई है । इस त्रिविध माया से भिन्न जो वैष्णवी माया है, उस पर विजय प्राप्त करना नितान्त असम्भव है । जिस ब्रह्ममयी वैष्णवी माया को प्राचीन काल में ब्रह्माजी भी नहीं जीत सके, उसकी देवगण स्तुति करते हैं । वही वैष्णवी माया देवकी के रूप में अवतीर्ण हुई । जो वेद नारायण के स्वरूप की सदैव स्तुति करते हैं, वे ही वसुदेव हुए । वेदों के अर्थभूत ब्रह्म ही इस पृथिवी पर बजराम और कृष्ण के रूप में प्रकट हुये । वही वेदार्थ साक्षात् रूप में, वृन्दावन में गोप-गोपिकाओं के साथ क्रीड़ा करता है । उन श्रीकृष्ण की गाँऐं और गोपिकाएँ वेदों की ऋचाएँ हैं । लकड़ी का रूप ब्रह्मा ने और वंशी का रूप छद्र ने धारण किया है । इन्द्र सींगा बन गये । इस प्रकार गोकुल के रूप में साक्षात् वैकुण्ठ ही उपस्थित हो गया । वहाँ तपस्वी महात्माओं ने वृक्षों का रूप धारण किया है और लोभ-क्रोधादि

विकार ही दैत्य हो गए हैं । वे कलिकाल में भगवान् का नाम लेने मात्र से नाश को प्राप्त होते हैं ॥३—६॥

गोपरूपी हरिः साक्षान्मायाविग्रहधारणः ।  
 दुर्बोधं कुहकं तस्य मायया मोहित जगत् ॥१०  
 दुर्जया सा सुरैः सर्ववृष्टिरूपो भवेद्विजः ।  
 रुद्रो येन कृतो वंशस्तस्य माया जगत्कथम् ॥११  
 बलं ज्ञानं सुराणां वै तेषां ज्ञानं हृतं क्षणात् ।  
 शेषनागो भगोद्रामः कृष्णोब्रह्मैव शाश्वतम् ॥१२  
 अष्टावष्टसहस्रे द्वे शताधिक्यः स्त्रियस्तथा ।  
 ऋचोपनिषदस्ता वै ब्रह्मरूपा ऋचः स्त्रियः ॥१३  
 द्वेषश्चाणूरमल्लोऽयं मत्सरो मुष्टिको जयः ।  
 दर्पः कुवल्यापीडो गर्वो रक्षः खगो वकः ॥१४  
 दया सा रोहिणी माता सत्यभामा धरेति वै ।  
 अधासुरो महाव्याधिः कलिः कंसः स भूपतिः ॥१५  
 शमो मित्रः सुदामा च सत्याक्रूरोद्वयो दमः ।  
 यः शङ्खः स स्वयं विष्णुर्लक्ष्मीरूपो व्यवस्थितः ॥१६  
 दुग्धसिन्धो समुत्पन्नो मेघघोषस्तु संस्मृतः ।  
 दुग्धोदधिः कृतस्तेन भग्नभाण्डो दधिग्रहे ॥१७  
 क्रीडते बालको भूत्वा पूर्ववत्सुमहोदधौ ।  
 संहारार्थं च शत्रूणां रक्षणाय च संस्थितः ॥१८  
 कृपार्थं सर्वभूतानां गोप्तारं धर्ममात्मजम् ।  
 यत्स्रष्टु मोक्षरेणासीत्तच्चक्रं ब्रह्मरूपघृक् ॥१९

भगवान् श्रीहरि ने ही गोपरूप में लीला-विग्रह रूप धारण किया है । यह संसार माया से मोहित है, इसलिए ईश्वरीय माया का रहस्य जानना अत्यन्त दुष्कर है । क्योंकि प्रभु-माया तो

देवताओं द्वारा भी नहीं जीती जा सकती। जिनकी माया के बंध में पकड़कर ही ब्रह्माजी को लकुटी और भगवान् शिव को बाँसुरी बनना पड़ा है, उन श्रीहरि की माया का ज्ञान साधारण प्राणियों को किस प्रकार हो सकता है ? देवताओं के पास जो ज्ञान रूप बल है उसका भी श्रीहरि की माया ने क्षण भर में हरण कर लिया। सनातन ब्रह्म श्रीकृष्ण हुए और शेषनाग ने बलराम का रूप ग्रहण किया। भगवान् की सोलह हजार एक सौ रानियाँ वेद की ऋतुएँ और उपनिषद् ही हैं। इनके अतिरिक्त ब्रह्म स्वरूपिणी वेद-ऋचाएँ गोपियों के रूप में प्रकट हुईं। चाणूर मल्ल द्वेष है, अत्यन्त कठिनाई से जीता जाने के योग्य मुष्टिक मत्सर है और कुबलियापीड दर्प है। आकाश में विचरण करने वाला राक्षस बकासुर गर्व है। साक्षात् दया ही माता रोहिणी हुई है। पृथिवी माता ने सत्यभामा का रूप धारण किया है। महाव्याधि अघासुर और साक्षात् कलि ने राजा कंस का रूप बनाया। शम ने सुदामा का, सत्य ने अक्रूर का और दम ने उद्धव का रूप ग्रहण किया। शंख विष्णु है और लक्ष्मी का भ्राता होने से उसी के समान है। वह मेघ के समान गम्भीर घोष करने वाला क्षीर सागर से उत्पन्न हुआ है। भगवान् श्रीकृष्ण ने जो दूध-दही के मटके फोड़ कर घर-घर में दूध-दही की नदी-सी बहा दी वह प्रवाह साक्षात् क्षीर सागर ही हुआ। दूध-दही के प्रवाह रूप क्षीर सागर में बालक रूप में भगवान् श्रीकृष्ण पूर्ववत् क्रीड़ा कर रहे हैं। सन्तजनों की रक्षा में तथा दुष्टों के विनाश में वे समान रूप से लगे हुए हैं। सब प्राणियों पर अनुग्रह करने और धर्म की रक्षा करने के लिये ही भगवान् श्रीकृष्ण ने भूतल पर अवतार लिया है। जो चक्र भगवान् शंकर ने श्रीहरि भगवान् के निमित्त प्रकट किया था, वही चक्र भगवान् श्रीकृष्ण के कर-कमलों में सुशोभित हो रहा है। वह चक्र भी ब्रह्म के समान है ॥ १०-१६ ॥

जयन्तीसंभवौ वायुश्चमरो धमसंज्ञितः ।  
 यस्यासौ ज्वलनाभासः खङ्गरूपो महेश्वरः ॥२०  
 कश्यपोलूखलः ख्यातो रज्जुर्माताऽदितिस्तथा ।  
 चक्रं शंखं च संसिद्धिं बिन्दुं च सर्वमूर्धनि ॥२१  
 यावन्ति देवरूपाणि वदन्ति त्रिवृधा जनाः ।  
 नमन्ति देवरूपेभ्य एवमादि न संशयः ॥२२  
 गदा च कालिका ताक्षात्सर्वशत्रुनिर्वाहिणी ।  
 धनुः शाङ्गं स्वमाया च शरत्कालः सुभोजनः ॥२३  
 अञ्जकाण्डं जगद्बीजं घृतं पाणौ स्वलीलया ।  
 गरुडो वटभाण्डीरः सुदामा नारदो मुनिः ॥२४  
 वृन्दा भक्तिः क्रिया बुद्धिः सर्वजन्तुप्रकाशिनौ ।  
 तस्मान्न भिन्नं नाभिन्नमाभिभिन्नो न वै विभुः ॥  
 भूमावुत्तारितं सर्वं वैकुण्ठं स्वर्गवासिनाम् ॥२५  
 सर्वतीर्थफलं लभते य एवं वेद । देहवन्धाद्विमुच्यते  
 इत्युपनिषत् ॥ हरिः ॐ तत्सत् ॥

धर्म ने चँवर का रूप धारण किया और वायु देवता वैजयन्ती-  
 माला के रूप में हुए । महेश्वर ने दमकते हुए खंग का रूप बनाया  
 और कश्यप नन्दगृह में ऊखल बन गए । माता अदिति ने रस्ती का रूप  
 बनाया । सब वर्णों पर जैसे अनुस्वार अलंकृत होता है, वैसे ही सब से  
 ऊपर सुशोभित आकाश भगवान का छत्र है । वाल्मीकि और व्यास  
 आदि महर्षियों ने देवताओं के जितने रूपों का वर्णन किया है और जिन-  
 जिन रूपों में देवताओं को सब प्राणी नमस्कार करते हैं, वे सभी देवता  
 भगवान् श्रीकृष्ण के आश्रम में ही रहते हैं । भगवान् की गदा साक्षात्  
 काली स्वरूपा है, जो समस्त शत्रुओं का नाश करने में समर्थ है । वैष्णवी  
 माया ने शाङ्गधनुष का रूप बनाया और प्राण नाशक काल ही उस पर

संघान किये जाने के लिये वाण बना । संसार का बीज रूप कमल भगवान् के हाथों में लीलापूर्वक सुशोभित है । भाण्डीर वट का रूप गरुड़ ने धारण किया और नारद कृष्ण के सखा श्री सुदामा हुए । साक्षात् भक्ति ही वृन्दा हुई । सब प्राणियों को कर्म का ज्ञान कराने वाली, प्रकाश दायिनी बुद्धि ही भगवान् की क्रिया संचित हुई । इस प्रकार यह गोप-गोपी आदि सभी भगवान् श्रीकृष्ण से अभिन्न हैं । उन्हीं श्रीकृष्ण ने स्वर्ग के और वैकुण्ठ के सब देवताओं को पृथिवी पर उतारा है ॥२०—२५॥

इस प्रकार जानने वाला ज्ञानी सब तीर्थों का फल प्राप्त करता और शरीर-बन्धन से मुक्त होता है—यह उपनिषद् है ।

॥ कृष्णोपनिषद् समाप्त ॥





## गणपत्युपनिषत्

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवा भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजता ॥  
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टु वांसस्तनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः ॥ स्वस्ति न  
इन्द्रो वृद्धश्रवाः ॥ स्वस्ति न पूषा विश्ववेदाः ॥ स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो  
अरिष्टनेमिः ॥ स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥ ॐ शान्तिः  
शान्तिः शान्तिः ॥

हे पूज्य देवो ! हम कानों से कल्याण सुनें, आँखों से  
कल्याण को देखें । अंगों तथा देह के द्वारा तुम्हारी स्तुति करते रहें  
और देवताओं ने हमारे लिये जो आयुष्य नियत कर दिया है उसे  
भोगें । महान कीर्ति वाला इन्द्र हमारा कल्याण करे, सब को जानने  
वाले पूषा देव हमारा कल्याण करें, जिसकी गति रोकी न जा सके ऐसे  
बृहस्पति हमारा कल्याण करें और बृहस्पति हमारा कल्याण करें !  
ॐ शान्ति, शान्ति, शान्ति ॥

ॐ लं नमस्ते गणपतये ॥१॥

त्वमेव प्रत्यक्षं तत्त्वमसि । त्वमेव केवलं कर्ताऽसि । त्वमेव  
केवलं धर्ताऽसि । त्वमेव केवलं हर्ताऽसि । त्वमेव सर्वं खल्विदं  
ब्रह्मासि । त्वं साक्षादात्माऽसि ॥२॥

नित्यमृतं वच्मि । सत्यं वच्मि ॥३॥

अथ त्वं माम् । अव वक्तारम् । अव श्रोतारम् । अव  
दातारम् । अव धातारम् । अवानूचानमव शिष्यम् । अव पुरस्ता-  
त्तात् । अव दक्षिणात्तात् । अव पश्चात्तात् । अवोत्तरात्तात् अव

चोर्ध्वत्तात् । अवाधरात्तात् । सर्वतो मां पाहि पाहि समन्तात्  
॥ ४ ॥

त्वं वाङ्मयस्त्वं चिन्मयः । त्वमानन्दमयस्त्व ब्रह्ममयः ।  
त्वं सच्चिदानन्दाद्वितीयोऽसि । त्वं प्रत्यक्षं ब्रह्मासि । त्वं ज्ञानमयो  
विज्ञानमयोऽसि ॥ ५ ॥

सर्वं जगदिदं त्वत्तो जायते । सर्वं जगदिदं त्वत्तस्ति-  
ष्ठति । सर्वं जगदिदं त्वयि लयमेष्यति । सर्वं जगदिदं त्वयि  
प्रत्येति । त्वं भूमिरापोऽनलोऽनिलो नभः । त्वं चत्वारि वाक्प-  
रिमिता पदानि । त्वं गुणत्रयातीतः । त्वं देहत्रयातीतः । त्वं  
कालत्रयातीतः । त्वं मूलाधारे स्थितोऽसि नित्यम् । त्वं शक्ति-  
त्रयात्मकः । त्वां योगिनो ध्यायन्ति नित्यम् । त्वं ब्रह्मा त्वं विष्णु-  
स्त्वं रुद्रस्त्वमिन्द्रस्त्वमग्निस्त्वं वायुस्त्वं सूर्यस्त्वं चन्द्रमास्त्वं ब्रह्मा  
भूभुवः सुवरोम् ॥ ६ ॥

भगवान् गणपति को नमस्कार ॥१॥ तुम्हीं कर्ता, घर्ता हो  
एवं प्रत्यक्ष तत्त्व हो । तुम्हीं इन रूपों में विराजमान साक्षात् ब्रह्म हो ।  
तुम ही नित्य एवं आत्म स्वरूप हो ॥२॥ मैं सत्यपूर्वक एवं न्यायपूर्वक  
कहता हूँ ॥३॥ तुम मुझ शिष्य की एवं उपदेष्टा गुरु की रक्षा करो ।  
श्रोता, दाता और धाता की रक्षा करो । व्याख्या आचार्य और शिष्य  
की रक्षा करने वाले होओ । पश्चिम की ओर से मेरी रक्षा करो, पूर्व  
की ओर से रक्षा करो, उत्तर की ओर से तथा दक्षिण ओर से भी मेरी  
रक्षा करो । ऊपर, नीचे तथा सब ओर से मेरी रक्षा करो । चारों ओर  
से मेरे रक्षक बनो ॥४॥ तुम वाङ्मय, चिन्मय एवं आनन्दमय हो ।  
तुम ब्रह्ममय, सत्-चित्-आनन्द रूप तथा एक अद्वितीय हो । ज्ञान-विज्ञान-

मय भी हो, तुम्हीं साक्षात् ब्रह्म हो ॥५॥ यह सम्पूर्ण विश्व तुम्हारे द्वारा ही प्रकट होता है । यह विश्व तुम्हारे द्वारा ही स्थित है । यह समस्त संसार तुम्हीं में लीन हो जाता है । इस सम्पूर्ण विश्व की प्रतीति तुम में ही होती है । तुम्हीं पृथिवी, जल, अग्नि, वायु और आकाश हो । वाणी के चार रूप परा, पश्यन्ती, वंखरी और मध्यमा भी तुम हो । सत्व, रज और तम से परे—गुणातीत हो । भूत, भविष्यत्, वर्तमान से परे तथा स्थूल, सूक्ष्म और कारण इन तीनों प्रकार के शरीरों से भी परे हो । तुम भूलाधार चक्र में सदा स्थिति रहते हो । इच्छाशक्ति, क्रियाशक्ति और ज्ञानशक्ति यह तीनों रूप तुम्हारे ही हैं । योगी पुरुष तुम्हारा नित्य प्रति-  
चिन्तन करते हैं । तुम ही ब्रह्मा, विष्णु और रुद्र हो । इन्द्राग्नि और वायु भी तुम ही हो । सूर्य-चन्द्रमा हो । तुम ब्रह्म हो तथा भूः भुवः स्वः रूप त्रिलोक और ओंकार रूप परब्रह्म तुम ही हो ॥६॥

गणादीन् पूर्वमुच्चार्य वर्णादि तदनन्तरम् ।

अनुस्वारः परतरः अर्धेन्दुलसितं तथा ॥

तारेण युक्तमेतदेव मनुस्वरूपम् ॥ ७

गकारः पूर्वङ्गम् । अकारो मध्यमरूपम् । अनुस्वार-  
श्चान्त्यरूपम् । विन्दुरुत्तररूपम् । नादः संधानम् । संहिता  
संधिः । संपा गाणेशी विद्या ॥ ८

गणक ऋषिः । नृचद्गायत्री छन्दः । श्रीमहागणपति-  
देवता । ॐ गणपतये नमः ॥ ९

एकदन्ताय विद्महे वक्रतुण्डाय धीमहि । तन्नो दन्तिः  
प्रचोदयात् ॥ १०

एकदन्तं चतुर्हस्तं पाशमङ्कुशधारिणाम् ।

अभयं वरदं हस्तैर्विभ्राणं मूषकध्वजम् ॥ ११

रक्तलम्बोदरं चूर्णसुकर्णं रक्तवाससम् ।

रक्तगन्धानुलिप्ताङ्गं रक्तपुष्पं सुपूजितम् ॥ १२

भक्तानुकम्पिनं देवं जगत्कारणमच्युतम् ।  
आविर्भूतं च सृष्ट्यादौ प्रकृतेः पुरुषात् परम् ॥१३॥  
एवं ध्यायति यो नित्यं स योगी योगिनां वरः ॥ १४

प्रथम 'गू' का उच्चारण कर फिर 'अ' का उच्चारण करे । इसके पश्चात् अनुस्वार का उच्चारण होता है । इस प्रकार अनुस्वार से अलंकृत 'गै' ही तुम्हारे बीज मन्त्र का रूप है । क्योंकि अर्द्धचन्द्र रूप में ओंकार अवर्द्ध है, । ७॥ गकार इसका पूर्वरूप, अकार मध्यरूप अनुस्वार अन्तरूप तथा विन्दु उत्तर रूप है । नाद संधान, संहिता सन्धि है । इस प्रकार यह गणेश-विद्या है ॥८॥ इसके ऋषि गणक, छन्द निचूद्गायत्री, देवता महागणपति हैं ॥९॥ एक दन्त से हम परिचित हैं । उन वक्रतुण्ड का हम चिन्तन करते हैं । यह गजानन हमें प्रेरणा करें यही गणेश-गायत्री है । जो योगी चतुर्भुज, पाश-अंकुश-वर-अभय मुद्राधारी, एकदन्त, लम्बोदर, मूषक-ज्वज, रक्तवर्ण वाले, बड़े-बड़े कानों वाले, लाल वस्त्र वाले, रक्त चन्दन का लेप किये हुये, लाल रङ्ग के पुष्पों से विभूषित, भक्त पर कृपा करने वाले, विश्व के कारण, अविनाशी सृष्टि के आदि में उत्पन्न, प्रकृति और पुरुष से पर श्रीगणेश जी का नित्य चिन्तन करता है, वह सब योगियों में श्रेष्ठ होता है ॥११-१४॥

नमो ब्रातपतये नमो गणपतये नमः प्रथमपतये नमस्ते-  
ऽस्तु लम्बोदरायैकदन्ताय विघ्नविनाशिने शिवसुताय वरद-  
मूर्तये नमोनमः ॥ १५

एतदथर्वशिरो योऽधीते स ब्रह्मभूयाय कल्पते । स सर्वतः  
सुखमेधते । स सर्वविघ्नैर्न बाध्यते । स पञ्चमहापातकोपपातकात्  
प्रमुच्यते । सायमधीयानो दिवसकृतं पापं नाशयति । प्रातर-  
धीयानो रात्रिकृतं पापं नाशयति । सायंप्रातः प्रयुञ्जानोऽपापो  
भवति । धर्मार्थकाममोक्षं च विन्दति ॥ १६

इदमथर्वशीर्षमशिष्याय न देयम् । यो यदि मोहाद्दास्यति स पापीयान् भवति ॥ १७

सहस्रावतनाद्यं यं काममघीते तं तमनेन साधयेत् । अनेन गणपतिमभिषिञ्चति स वाग्मी भवति । चतुर्थ्यामनश्नन् जपति स विद्यावान् भवति । इत्यथर्वणवाक्यं ब्रह्माद्याचरणं विद्यान् विभेति कदाचनेति । यो दूर्वाङ्कुरैर्यजति स वैश्रवणोपमी भवति । यो लाजैर्यजति स यशवान् भवति स मेधावान् भवति । यो मोदकसहस्रेण यजति स वाञ्छितफलमवाप्नोति । यः साज्यसमिद्धिभिर्यजति स सर्वं लभते स सर्वं लभते । अष्टौ ब्राह्मणान् सम्यग्ग्राहयित्वा सूर्यवचस्वी भवति । सूर्यग्रहणे महानद्यां प्रतिमासनिधौ वा जप्त्वा स सिद्धमन्त्रो भवति । महाविघ्नात् प्रमुच्यते । महादोषात् प्रमुच्यते ॥ १८

स सर्वविद्भवति स सर्वविद्भवति य एवं वेदेत्युपनिषत् ॥ १९

ब्रात-नायक को नमस्कार, गणपति को नमस्कार, प्रथमपति को नमस्कार, लम्बोदर को नमस्कार, एकरदन को नमस्कार, विघ्न विनाशक को नमस्कार, शिव-सुवन को नमस्कार, वरदमूर्ति गणेशजी को नमस्कार ॥ १५॥ यह अथर्वशिरस् है । इसका पाठ करने वाला पुरुष ब्रह्मत्व-प्राप्ति का अधिकारी होता है । उसके लिये किसी प्रकार का विघ्न बाधा नहीं करता । वह सभी स्थानों पर सुखी रहता है । पाँचों प्रकार के पाप, उपगर्भों से वह छूटता है । सायंकाल पाठ करने वाला दिन के पापों से मुक्त होता है और प्रातःकाल पाठ करने वाले के रात्रि में किये हुये पाप कट जाते हैं । प्रातः सायं दोनों काल में पाठ करने से पाप रहते ही नहीं । इसका पाठक धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष को पाता है ॥ १६॥ इस अथर्व शिरस् को अशिष्य को न दे, शिष्य को ही दे । मोहवश इसे देने वाला पापी होता है ॥ १७॥ सहस्र बार पाठ करने पर जिस-जिस अमिलापा का उच्चारण करे, उस-उसकी सिद्धि हो सकती

है । इसके द्वारा गणपति का अभिषेक करने वाला वक्ता बन जाता है । चतुर्थी तिथि को उपवास करके जो इसे जपता है, वह विद्यावान् होता है—ऐसा महर्षि अथर्वण का कथन है । इस मन्त्र के द्वारा तप करने वाले को कभी भय नहीं लगता । दूर्वा के अंकुरों द्वारा गणपति का यजन करने वाला कुबेर के समान धनवान् होता है । लाजाओं के द्वारा यज्ञ करने वाला यशस्वी होता है । सहस्र मोदकों से जो पुरुष यजन करता है वह इच्छित फल पाता है । घृत और समिधा से यज्ञ करता है उसे सब कुछ प्राप्त हो जाता है । बाठ ग्राह्याणों को भले प्रकार से इसे ग्रहण करावे तो सूर्य के समान तेजस्वी हो । सूर्य ग्रहण के समय किसी महानदी या प्रतिमा के निकट बैठ कर जप करे तो मन्त्र-सिद्धि प्राप्त होती है, ऐसा साधक घोर विघ्न से भी छुटकारा पा लेता है । वह महान् दोषों और महापापों से मुक्त हो जाता है ॥१८॥ इस प्रकार जानने वाला पुरुष भी सर्वं जानी हो जाता है । सर्वज्ञता, प्राप्त करता है ॥१९॥

॥ गणपति उपनिषद् समाप्त ॥



## नृसिंहपूर्वतापिन्युपनिषत्

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवा भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः॥  
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टु वांसस्तनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः ॥ स्वस्ति न  
इन्द्रो बृद्धश्रवाः॥ स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः ॥ स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो  
अरिष्टनेमिः ॥ स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥ ॐ शान्तिः  
शान्तिः शान्तिः ॥

हे पूज्य देवो ! हम कानों से कल्याण सुनें, आँखों से कल्याण  
को देखें । सुहृद् अङ्गों तथा देह के द्वारा तुम्हारी स्तुति करते रहें और  
देवताओं ने हमारे लिये जो आयुष्य नियत कर दिया है उसे भोगें ।  
महान कीर्ति वाला इन्द्र हमारा कल्याण करे, सब को जानने वाले पूषा  
देव हमारा कल्याण करें, जिसकी गति रोकी न जा सके ऐसे गरुड़देव  
हमारा कल्याण करें और बृहस्पति हमारा कल्याण करें ! ॐ शान्ति,  
शान्ति, शान्ति ॥

ॐ आपो वा इदमासन्तसलिलमेव । स प्रजापतिरेकः पुष्क-  
रपणो समभवत् । तस्यान्तर्मनसिः कामः समवर्तत इदं सृजेय-  
मिति । तस्माद्यत्पुरुषो मनसाभिगच्छति तद्वाचा वदति तत्क-  
र्मणा करोति तदेषाम्यनूक्ता । कामस्तदग्रे समवर्तताधि मनसो  
रेतः प्रथमं यदासीत् । सतो बन्धुमसति । निरविन्दन्हृदि प्रतीप्य  
कवयो मनीषेति उपनं तदुपनमति यत्कामो भवति य एवं वेदांग  
तपोऽतप्यत स तपस्तत्त्वा स एतं मन्त्रराजं नारसिंहमानुष्टुभम-  
पश्यत् तेन व सर्वमिदमसृजत यदिदं किंच । तस्मात्सर्वमानुष्ट-  
भमित्याचक्षते यदिदं किंच । अनुष्टुभो वा इमानि भूतानि

जायन्ते ननुष्टुभा जातानि जीवन्ति अनुष्टुभं प्रयन्त्यभिसंविशन्ति तस्यैषा भवति अनुष्टुप्प्रथमा भवति अनुष्टुवुत्तमा भवति वाग्वा अनुष्टुप् वाचैव प्रयन्ति वाचोद्यन्ति परमा वा एषा छन्दसां यदनुष्टुबिति ॥ १

प्राचीन काल में यह दृष्टिगोचर सम्पूर्ण विश्व जल के रूप में था । सर्वत्र जल ही जल दिखाई देता था । उसी जल में एक कमल पत्र पर सुप्रसिद्ध प्रजापति श्री ब्रह्माजी का प्राकट्य हुआ । ब्रह्माजी ने विचार किया कि मैं लोक-रचना-कार्य करूँ । यह बात सर्व विदित है कि मानव की जो भावना बनती है, उसे वह पहले वाणी द्वारा कहता और फिर क्रिया द्वारा पूर्ण करता है । इस सम्बन्ध में कहा है कि पूर्व काल में जब सृष्टि रचना हुई तब काम की उत्पत्ति हुई । ज्ञानीजन अपने मन में निहित आत्मा का निरीक्षण करते रहते हैं और काम को आत्मा के लिये पाषाण स्वरूप मानते हैं । ज्ञानियों के विचार में प्रकृति के कार्यभूत मन में काम का प्राकट्य होता है । सृष्टि से पहले जो जल ही जल था, वही इस विश्व का कारणभूत है । इस बात के जानने वाला विद्वान् जिस वस्तु की इच्छा करता है, वह वस्तु उसे मिल जाती है ।

सुप्रसिद्ध प्रजापति ने तप प्रारम्भ किया । उसके द्वारा उन्हें अनुष्टुप् छन्द में अवतीर्ण इस नारसिंह मन्त्रराज की प्राप्ति हुई । उसी मन्त्रराज के प्रभाव से इस प्रत्यक्ष दृष्टिगोचर विश्व की उन्होंने रचना की । इसलिये इस प्रत्यक्ष विश्व को मन्त्रराज आनुष्टुभमय कहा जाता है ।

इस अनुष्टुप् से ही इन सम्पूर्ण भूतों की उत्पत्ति हुई है, अनुष्टुप् के प्रभाव से ही यह उत्पन्न प्राणी जीवन धारण करते हैं और मरने पर इहलोक को त्यागने पर अनुष्टुप् में ही जीन हो जाते हैं । यह अनुष्टुप् वृत्ति सम्पूर्ण लोक की रक्षने वाली है । वाणी से ही मनुष्य जन्म-मरण को प्राप्त होते हैं इसलिये वाणी मात्र अनुष्टुप् ही है । यह अनुष्टुप् छन्द अन्य सब छन्दों में अधिक महिमा वाला है ॥१॥



ससागरां समवंतां सप्तद्वीपां वसुन्धरां तत्साम्नः प्रथमं पादं जानीयोत् यक्षगन्धर्वाप्सरोगणसेवितमन्तरिक्षं तत्साम्नो द्वितीयं पादं जानीयाद्बसुर्बुधादित्यैः सर्वैर्देवैः सेवितं दिवं तत्साम्नः तृतीयं पादं जानीयात् ब्रह्मस्वरूपं निरंजनं परमं व्योमकं तत्साम्नश्चतुर्थं पादं जानीयाद्यो जानीते सोऽमृतत्वं च गच्छति ऋग्यजुः सामाथर्वाणश्चत्वारो वेदाः साङ्गाः सशाखाश्चत्वारः पादा भवन्ति किं ध्यानं किं दैवतं कान्यङ्गानि कानि दैवतानि किं छन्दः क ऋषिरिति ॥ २

मन्त्रराज का प्रथम चरण रूप यह पर्वत, समुद्र तथा सप्तद्वीप वाली पृथिवी है । द्वितीय चरण रूप यक्षों, गन्धर्वों और अप्सराओं द्वारा सेवित अन्तरिक्ष है । तृतीय चरण के रूप में, वसु, रुद्र और आदित्य आदि देवताओं द्वारा सेवित व्युलोक है और चतुर्थ चरण रूप माया-रहित, पवित्र, परम व्योम युक्त ब्रह्म रूप है । इन सब को इस प्रकार जानने वाला जानी अमरत्व को प्राप्त होता है ।

मन्त्रराज के चार पाद हैं—शास्त्राओं और अङ्गों सहित ऋक्, यजुः, साम और अथर्व यह चारों वेद । तब प्रश्न हुआ कि मन्त्रराज का ध्यान कैसे है, उसका देवता, अङ्ग, देवताओं का गण, छन्द और ऋषि यह सब कौन-कौन हैं ? ॥२॥

स होवाच प्रजापतिः स यो ह वै सावित्रस्याष्टाक्षरं पदं श्रियाभिषिक्तं तत्साम्नोऽङ्गं वेद श्रिया हैवाभिषिच्यते सर्वे वेदाः प्रणवादिक्वास्तं प्रणवं तत्साम्नोऽङ्गं वेद स त्रीँल्लोकांज यति चतुर्विंशत्यक्षरा महालक्ष्मीर्यजुस्तत्साम्नोऽङ्गं वेद स आयु-र्यशःकीर्तिज्ञानश्चर्यवान्भवति तस्मादिदं सांगं साम जानीयाद्यो

जानीते सोऽमृतत्वं च गच्छति सावित्रीं प्रणव यजुर्लक्ष्मीं स्त्री-  
शूद्राय नेच्छन्ति द्वात्रिंशदक्षरं साम जानीयाद्यो जानीते सोऽमृ-  
तत्वं च गच्छति सावित्रीं लक्ष्मीं यजुः प्रणव यदि जानीयात् स्त्री  
शूद्रः स मृतोऽघो गच्छति तस्मात्सर्वदा नाचष्टे यद्याचष्टे स  
आचार्यस्तेनैव स मृतोऽघौ गच्छति ॥ ३ ॥

इस पर सुप्रसिद्ध प्रजापति ब्रह्माजी ने कहा—‘जो पुरुष श्री  
बीज से अभिषिक्त गायत्री मन्त्र अष्टाक्षरी पद को इस मन्त्रराज साम  
ही अंग समझता है वह श्रीसम्पन्न होता है । सभी वेदों के आदि में  
प्रणव है । अतः जो जानी इस प्रणव को साम का ही अंग मानता है वह  
त्रिलोकी पर विजय प्राप्त कर लेता है । चौबीस अक्षरों वाला  
महालक्ष्मी मन्त्र यजुर्वेद का ही स्वरूप है, उसे साम का अंग मानने  
वाला जानी यश, कीर्ति, ज्ञान, आयु और ऐश्वर्य से युक्त होता है । जो  
पुरुष अंगों सहित साम का ज्ञाता है, वह अमृतत्व प्राप्त करता है,  
इसलिए इस साम को अंगों सहित जानना चाहिये । जानीजन प्रणव,  
गायत्री और यजु स्वरूप महालक्ष्मी मन्त्र अनधिकारी जीवों को नहीं  
बताते । क्योंकि ऐसे व्यक्ति इन्हें जान लें तो भी उन्हें श्रेष्ठ गति प्राप्त  
नहीं होती । इसलिये मन्त्र देने में सदा सावधान रहना चाहिये । जो  
आचार्य आदि किसी अनधिकारी की मन्त्रोपदेश करे, वह भी अधोगति  
प्राप्त करता है । बत्तीस अक्षर वाले साम को जानना चाहिये, उसका  
जानने वाला अमृतत्व को पाता है ॥ ३ ॥

स होवाच प्रजापतिः अग्निर्वै देवा इदं सर्वं विश्वा भूतानि  
प्राणा वा इन्द्रियाणि पशवोऽन्नममृतं सम्राट् स्वराड्विराट्  
तत्साम्नः प्रथम पादं जानीयात् ऋग्यजुःसामाथर्वरूपः सूर्योऽन्त-  
रादित्ये हिरण्मयः पुरुषस्तत्साम्नो द्वितीयं पादं जानीयात् ये  
ओषधीनां प्रभुर्भवति ताराधिपतिः सोमस्तत्साम्नस्तृतीयं पादं

जानीयात् स ब्रह्मा स शिवः स हरिः सेन्द्रः सोऽक्षरः परमः स्वराद् तत्साम्नश्चतुर्थं पादं जानीयाद्यो जानीते सोऽमृतत्वं च गच्छति उग्रं प्रथमस्याद्यं ज्वलं द्वितीयस्याद्यं नृसिंह तृतीयस्याद्यं मृत्युं चतुर्थस्याद्यं साम जानीयाद्यो जानीते सोऽमृतत्वं च गच्छति तस्मादिदं साम यत्र कुत्रचिन्नाचष्टे यदि दातुमपेक्षते पुत्राय शुश्रूषवे दास्यत्यन्यस्मै शिष्याय वा चेति ॥ ४ ॥

ब्रह्माजी फिर कहने लगे—‘सम्पूर्ण विषय, सम्पूर्ण प्राणी, सम्पूर्ण वेद, अग्नि, प्राण, इन्द्रिय, अन्न, पशु, अमृत, सन्नाट, स्वराद्, विराद् इन सब को मन्त्रराज साम का प्रथम चरण जानना चाहिए । ऋक्, यजु, साम, अथर्व रूप सूर्य उनके मण्डल में स्थित हिरण्यमय पुरुष, यह साम का दूसरा चरण जानना चाहिए । सब औपधियों और तारागणों के स्वामी चन्द्रमा को साम का तृतीयचरण जाने ब्रह्मा, विष्णु, शिव, इन्द्र, अग्नि और अविनाशी परमेश्वर इन्हें साम का चतुर्थ चरण जाने । इस प्रकार जानने वाला ज्ञानी अमृतत्व को प्राप्त होता है ।

मन्त्रराज अनुष्टुप् के प्रथम चरण का आदि अंश ‘उग्रम्’ है, द्वितीय चरण का आदि अंश ‘ज्वलं’ है, तृतीय चरण का आदि अंश ‘नृसिंह’ है और चतुर्थ चरण का आदि अंश ‘मृत्यु’ हैं । इन चारों को साम स्वरूप ही समझना चाहिए । ऐसा समझने वाला ज्ञानी अमृतत्व की प्राप्त होता है । यह मन्त्र किसी को देना हो तो जो इसका उपदेश लेना चाहे ऐसे सेवा परायण पुत्र को अथवा सदाचारी शिष्य आदि को देना चाहिए ॥ ४ ॥

स होवाच प्रजापतिः क्षीरोदार्णवशायिनं नृकेसरिविग्रहं योगिष्येयं परं पदं साम जानीयाद्यो जानीते सोऽमृतत्वं च गच्छति वीरं प्रथमस्याद्याध्वान्त्यं तं स द्वितीयस्याद्याध्वान्त्यं हं भी तृतीयस्याद्यन्त्यं मृत्युं चतुर्थस्याद्याध्वान्त्यं साम तु जानीयाद्यो

जानीते सोऽमृतत्वं च गच्छति तस्मादिदं साम येन केनचिदा-  
चार्यमुखेन यो जानीते स तेनैव शरीरेण संसारान्मुच्यते मोचयति  
मुमुक्षुर्भवति जपात्तेनैव शरीरेण देवतादर्शनं करोति तस्मादिदमेव  
मुख्यद्वार कालौ नान्येषां भवति तस्मादिदं साङ्गं साम जानीयाद्यो  
जानीते सोऽमृतत्वं च गच्छति ॥ ५ ॥

सुप्रसिद्ध प्रजापति ने पुनः कहा—‘भगवान् का जो तृप्तिह रूप  
विग्रह क्षीर सागरशायी है, वह परमपद रूप है तथा योगियों के लिये  
भी ध्यान करने योग्य है । उस विग्रह को सामवेद का ही रूप  
माने । जो ऐसा मानता है, वह अमृतत्व को प्राप्त होता है ।  
मन्त्रराज अनुष्टुप् के प्रथम चरण के पूर्वाङ्ग का अन्तिम भाग  
‘वीर’ है । द्वितीय चरण के पूर्वाङ्ग का अन्तिम भाग ‘तं सं’ है ।  
तृतीय चरण के पूर्वाङ्ग का अन्तिम भाग ‘हं भी’ है और चतुर्थ चरण  
के पूर्वाङ्ग का अन्तिम भाग ‘भृत्युस्’ पद है । इन सब को साम ही  
जानना चाहिए । जो ऐसा जानता है, वह अमृतत्व को प्राप्त होता है ।  
अतः जो इस साम को किसी आचार्य के मुख से प्राप्त कर इस प्रकार  
जानता है, वह इस जीवन में ही भव-बन्धन से मुक्त हो जाता है  
और अपने सम्पर्क में आने वाले अन्य व्यक्तियों को भी भव-पाश से  
छुड़ाता है । जो व्यक्ति सांसारिक मोह ममता में पड़ा है, वह इसे  
सुनकर मुक्ति की कामना करने लगता है । इस मन्त्रराज साम के जप  
से इसी देह में भगवान् तृप्तिह का दर्शन कर लेता है । कलियुग में मुक्ति  
का यह एक सरल मार्ग है । अतः इस साम को अङ्गों सहित भले  
प्रकार जान ले । इसे जो भले प्रकार जान लेता है, वह अमृतत्व को  
प्राप्त होता है ॥ ५ ॥

ऋतं सत्यं परं ब्रह्म पुरुषं कृष्णपिङ्गलम् । ऊर्ध्वरेतं विरू-  
पाक्षं शङ्कर नीललोहितम् ॥ उमापतिः पशुपतिः पिनाकी  
ह्यमितद्युतिः । ईशानः सर्वविद्यानामीश्वरः सर्वभूतानां ब्रह्माधि-

पतिर्ब्रह्मणोऽधिपतिर्यो वै यजुर्वेदवाच्यस्तं साम जानीयाद्यो जानीते सोऽमृतत्वं च गच्छति महाप्रथमान्तार्धस्याद्यन्तवतो द्वितीयान्तार्धस्याद्यंषणं तृतीयान्तार्धस्याद्यन्नाम चतुर्थान्तार्धस्याद्यं साम जानीते सोऽमृतत्वं च गच्छति तस्मादिदं साम सच्चिदानन्दमयं परं ब्रह्म तमेव विद्वानमृतं इह भवति तस्मादिदं साङ्गं साम जानीयाद्यो जानीते सोऽमृतत्वं च गच्छति ॥ ६ ॥ विश्वसृज एतेन वै विश्वमिदमसृजन्त यद्विश्वमसृजन्त तस्माद्विश्वसृजो विश्वमेनाननु प्रजायते ब्रह्मणः सलोकतां साष्टितां सायुज्यं यान्ति तस्मादिदं साङ्गं साम जानीयाद्यो जानीते जोऽमृतत्वं च गच्छति विष्णुं प्रथमान्त्यं मुखं द्वितीयान्त्यं मद्रं तृतीयान्त्यं म्यहं चतुर्थान्त्यं साम जानीयाद्यो जानीते तोऽमृतत्वं च गच्छति योऽसौ वेद यदिदं किञ्चात्मनि ब्रह्मण्येवानुष्टुभं जानीयाद्यो जानीते सोऽमृतत्वं च गच्छति स्त्रीपुंसयोर्वा इहैव स्थातुमपेक्षते तस्मै सर्वैश्वर्यं ददाति यत्र कुत्रापि म्रियते देहान्ते देवः परमं ब्रह्म तारकं व्याचष्टे येनासावमृतीभूत्वा सोऽमृतत्वं च गच्छति तस्मादिदं साम मध्यगं अपति तस्मादिदं सामाङ्गं प्रजापतिस्तस्मादिदं सामाङ्गं प्रजापतिर्य एव वेदेति महोपनिषत् । य एतां महोपनिषदं वेद स कृतपुरश्चरणो महाविष्णुर्भवति । महाविष्णुर्भवति । इति प्रथमोपनिषत् ॥ ७ ॥

भगवान् तृसिंह अन्तर्यामी और सर्वव्यापी परमेश्वर हैं । उन्हें ऋत और सत्य समझना चाहिए । वे अनुष्य और सिंह की संयुक्त आकृति वाले, काले-पीले रङ्ग से युक्त हैं । उनके नेत्र अत्यन्त विकराल तथा भयङ्कर हैं । वही कल्याणकारी शिव हैं । कण्ठ में नीलवर्ण और उसके ऊर्ध्व भाग में तेजोमय लोहित वर्ण का होने के कारण 'नील लोहित' कहलाते हैं । वे सर्व देवात्मक भगवान् तृसिंह ही गिरिजा, उमापति, पशुपति, धनुषारी और अत्यन्त तेजस्वी महेश्वर

हैं। वे सम्पूर्ण विद्याओं और भूतों के स्वामी हैं। जो देवपति, ब्रह्मा के भी स्वामी और यजुर्वेद के वाच्यार्थ हैं, उन भगवान् नृसिंह को साम ही जान ले। जो ऐसा जानता है, वह अमृतत्व को प्राप्त होता है।

मन्त्रराज अनुष्टुप् के प्रथम चरण के उत्तरार्द्ध का आदि भाग 'महा' है, द्वितीय चरण के उत्तरार्द्ध का आदि भाग 'वतो' है, तृतीय-चरण के उत्तरार्द्ध का आदि भाग 'षण्' है, चतुर्थ चरण के उत्तरार्द्ध का आदि भाग 'नमा' है। इन सब को ही साम जाने। जो इस प्रकार जानता है, वह अमृतत्व को प्राप्त होता है।

यह साम सच्चिदानन्द स्वरूप परब्रह्मा ही है। उसे इस प्रकार जानने वाला पुरुष इस देह के रहते ही अमरत्व को प्राप्त होता है। इस साम को अङ्गों सहित जानना चाहिए। जो इस प्रकार इसका ज्ञाता है वह जीवन-मरण के बन्धन से मुक्त होकर अमरत्व प्राप्त करता है।

विश्व के रचने वाले प्रजापतियों ने ही इस साम युक्त मन्त्र के द्वारा सम्पूर्ण जगत् की रचना की है। इसीलिये वे विश्व रचयिता कहे गए हैं। यह विश्व उनसे ही प्रकट हुआ है। इस रहस्य के ज्ञाता ज्ञानी-जन ब्रह्मलोक और उसके पद को प्राप्त करते हैं। इस साम को अङ्गों सहित जानना चाहिए। जो इस प्रकार जानते हैं वे भव-बन्धन से मुक्त होकर अमरत्व प्राप्त करते हैं ॥ ६ ॥

मन्त्रराज के प्रथम चरण का अन्तिमपद 'विष्णु' है, द्वितीय-चरण का अन्तिम पद 'मुख्य' है, तृतीय चरण का अन्तिम पद 'भद्र' है तथा चतुर्थ चरण का अन्तिम पद 'भ्यह्य' है। इन सब को साम जानना चाहिए। जो इस प्रकार जानता है, वह अमृतत्व को प्राप्त होता है।

प्रजापति ने ही इन सब तत्त्वों को जाना। ब्रह्म में स्थित इस अनुष्टुभ मन्त्र की ब्रह्म में ही स्थिति है। जो ज्ञानी इस प्रकार जानता है, वह अमरत्व को प्राप्त करता है।

जो साधक स्त्री पुरुष इस लोक में उत्तम आचरणपूर्वक रहकर आनन्द में स्थित रहने की की इच्छा करते हैं, भगवान् नृसिंह उनके लिए सम्पूर्ण ऐश्वर्य देते हैं। वह जहाँ भी देह-त्याग करता है वहीं भगवान् नृसिंह उसे तारक मन्त्र का उपदेश कर अमृतत्व प्राप्त कराते हैं। मोक्ष-प्राप्ति के इच्छुकों तारक मन्त्र का जाप करना उचित है। साम के अङ्गभूत प्रजापति मन्त्रदृष्टा होने से तारक मन्त्र है। ऐसा जानने वाला ही सच्चा साधक होता है। यह महोपनिषद् है, जो जानता है, वह साक्षात् विष्णु स्वरूप हो जाता है ॥ ७ ॥

॥ प्रथम उपनिषद् समाप्त ॥

देवा ह वै मृत्योः पाप्मभ्यः संसाराच्च विभीयुस्ते प्रजापतिमुपाधावंस्तेभ्य एतं मन्त्रराजं नारसिंहमानुष्टुभं प्रायच्छत्तेन वै ते मृत्युमजयन् पाप्मानं चातरन्त्संसारं चातरन्तस्माद्यो मृत्योः पाप्मभ्यः संसाराच्च विभीयात्स एतं मन्त्रराजं नारसिंहमानुष्टुभं प्रतिगृह्णीयात्स मृत्युं तरति स पाप्मानं तरति स संसारं तरति तस्य ह वै प्रणवस्य या पूर्वा मात्रा पृथिव्यकारः स ऋग्भि-  
 ऋग्वेदो ब्रह्मा वसवो गायत्री गार्हपत्यः सा साम्नः प्रथमः पादो भवति द्वितीयान्तरिक्षं स उकारः स यजुर्मिर्यजुर्वेदो विष्णुरुद्रास्त्रिष्टुब्दक्षिणाग्निः सा साम्नो द्वितीयः पादो भवति तृतीया द्यौः स मकारः स सामभिः सामवेदो रुद्रा आदित्या जगत्याहवनीयः सा साम्नस्तृतीयः पादो भवति यावसानेऽस्य चतुर्थ्यर्धमात्रा सा सोमलोक ओंकारः सौऽथर्वणैर्मन्त्रथर्ववेदः संवर्तकोऽग्निर्मरुतो विराडेकषिर्भास्वतो स्मृता सा साम्नश्चतुर्थः पादो भवति ॥ १ ॥

एक समय की बात है कि मृत्यु, पाप और संसार से सब देवता अत्यन्त भयभीत हुए और भागकर प्रजापति ब्रह्माजी की शरण में पहुँचे। ब्रह्माजी ने उन्हें भगवान् नृसिंह का मन्त्रराज आनुष्टुभ बताया।

देवताओं ने इस मन्त्र की सिद्धि द्वारा मृत्यु पर विजय प्राप्त करली । वे सब पापों से मुक्त हो गये और इस संसाररूपी समुद्र को भी लांघ गये । अतः जो मनुष्य मृत्यु, पाप और भवसागर से भय मानता हो, वह इस मन्त्रराज की शरण ग्रहण करे । जो इस प्रकार मन्त्रराज की शरण लेता है, वह मृत्यु, पाप और इस संसार से भी तर जाता है ।

प्रणव भी पूर्वोक्त मन्त्रराज का ही अङ्ग है । वह प्रणव प्रथम मात्रा 'अ'कार वाला है, पृथ्वी उसका लोक और ऋचाओं से विभूषित ऋग्वेद ही उसका वेद, देवता ब्रह्मा तथा छन्द गायत्री है, वह वसु देवताओं का गण है और गार्हपत्य अग्नि रूप है यह सब प्रणव की प्रथम मात्रा में ही निहित है और यही साम का प्रथम पाद है ।

प्रणव की द्वितीय मात्रा 'उ'कार है । अन्तरिक्ष लोक, यजुर्मन्त्रों-युक्त यजुर्वेद, विष्णु और रुद्र देवों का गण, दक्षिण अग्नि और त्रिष्टुप् छन्द, यह द्वितीय मात्रा है । यह साम का द्वितीय पाद है ।

प्रणव की तृतीय मात्रा 'त'कार है । ब्रूलोक, सामवेद, रुद्र और आदित्य का गण, जगती छन्द और आहवनीय अग्नि यह सब तृतीय मात्रा के अन्तर्गत हैं । यह तृतीय मात्रा ही साम का तृतीय-पाद है ।

प्रणव की चौथी मात्रा में नादात्मक अर्द्धमात्रा का आभास मिलता है । उसमें चन्द्रलोक, ओंकारवाची परब्रह्मा, अथर्ववेद, संवर्तक नामक अग्नि, मरुद्गण तथा विराट् छन्द है, इसके ऋषि ब्रह्मा है । यह ब्रह्मा रूपिणी होने से अत्यन्त प्रकाश वाली है । यह चतुर्थमात्रा ही साम का चतुर्थपाद है ॥ १ ॥

अष्टाक्षरः प्रथमा पादो भवत्यष्टाक्षरास्त्रयः पादा भवन्त्येवं द्वात्रिंशदक्षराणि संपद्यन्ते द्वात्रिंशदक्षरा वा अनुष्टुब्भवत्यनुष्टुभा सर्वमिदं सृष्टमनुष्टुभा सर्वमुपसंहृतं तस्य हैतस्य



पञ्चाङ्गानि भवन्ति चत्वारः पादाश्चत्वार्यङ्गानि भवन्ति सप्रणवं सर्वं पञ्चमं भवति हृदयाय नमः शिरसे स्वाहा शिखायै वषट् कवचाय हुं अस्त्राय फडिति प्रथमं प्रथमेन संयुज्यत द्वितीयं द्वितीयेन तृतीयं तृतीयेन चतुर्थं चतुर्थेन पञ्चमं पञ्चमेन व्यतिषजति व्यतिषित्त्वा इमे लोकास्तस्माद्व्यतिषित्तान्यङ्गानि भवन्ति ओमित्येतदक्षरमिदं सर्वं तस्मात्प्रत्यक्षरमुभयत ओंकारो भदति अक्षराणां न्यासमुपदिशन्ति ब्रह्मावादिनः ॥ २ ॥

आठ अक्षरों का अनुष्टुप् मन्त्र का प्रथम चरण है। आठ-आठ अक्षरों के ही शेष तीन चरण हैं। इस प्रकार चारों पदों में बंतीस अक्षर होते हैं। इस अनुष्टुप् से ही सम्पूर्ण जगत की सृष्टि हुई है। सब का उपसंहार भी अनुष्टुप् के द्वारा ही होता है। इसके चार अङ्गों का चरणों के रूप में ऊपर वर्णन हुआ है, परन्तु प्रणव उसका पाँचवां अङ्ग है। इस प्रकार अनुष्टुप् पाँच अङ्गों वाला है। मनुष्य शरीर के भी पाँच अङ्ग हैं—हृदय, शिर, शिखा, बाहुमूल और मस्तक। दोनों के पाँच-पाँच अङ्ग होने से मन्त्र के प्रथम अङ्ग का हृदय से संयोग करे, दूसरे अंग का शिर से, तीसरे अंग का शिखा से, चौथे अंग का दोनों बाहुमूलों से तथा पाँचवें अंग का मस्तक से संयोग करे।

जैसे सम्पूर्ण लोक परस्पर मिले हुए हैं वैसे ही दोनों के अंग भी परस्पर सम्बद्ध हैं। ओंकार को सम्पूर्ण विश्व माना गया है। इसीलिए अनुष्टुप् के प्रत्येक अक्षर के दोनों ओर ओंकार का सम्पुट देना चाहिए। ब्रह्मज्ञानीजन इस मन्त्र के प्रत्येक अक्षर के न्याय की बात कहते हैं ॥ २ ॥

तस्य ह वा उग्रं प्रथमं स्थानं जानीयाद्यो जानीते सोऽमृतत्वं च गच्छति वीरं द्वितीयं स्थानं महाविष्णुं तृतीयं स्थानं ज्वलन्तं चतुर्थं स्थानं सर्वतोमुखं पञ्चमं स्थानं नृसिंह

पण्ड' स्थानं भीषणं सप्तमं स्थानं भद्रमण्डमं स्थानं मृत्युमृत्युं नवमं स्थानं नमामि दशनं स्थानमहमेकादशं स्थानं जानीयाद्यो जानीते सोऽमृतात्वं च गच्छति एकादशपदा वा अनुष्टुभभवत्यनुष्टुभा सर्वमिदं सृष्टमनुष्टुभा सर्वमिदमुपसंहृतं तस्मात्सर्वानुष्टुभं जानीयाद्यो जानीते सोऽमृतात्वं च गच्छति ॥३॥

अनुष्टुप् का प्रथम स्थान 'उग्रम्' पद है । जो इसे जानता है, वह अमर हो जाता है । द्वितीय स्थान 'वीरम्' है, तृतीय स्थान 'महाविष्णुम्' है, चतुर्थ स्थान 'ज्वलन्तम्' है, पञ्चम स्थान 'सर्वतोमुखम्' है छठा स्थान 'चृसिहम्' है, सातवां स्थान 'भीषणम्' आठवां स्थान 'भद्रम्' है, नौवां स्थान, 'मृत्युमृत्युम्' है, दसवां स्थान 'नमामि' है और ग्यारहवां स्थान 'अहम्' है इस प्रकार जाने । जो ऐसा जानता है वह अमृतत्व को प्राप्त होता है । यह अनुष्टुप् वृत्ति ग्यारह पदों वाली है, इसी के द्वारा सम्पूर्ण जगत् की सृष्टि हुई है, इसी के द्वारा सब का उपसंहार होता है । इस लिये यह सब अनुष्टुप् की ही महिमा है । जो ऐसा जानता है, वह अमृतत्व को पाता है ॥३॥

देवा ह वै प्रजापतिमब्रुवन्नथ कस्मादुच्यत उग्रमिति स होवाच प्रजापतिर्यस्मात्स्वमहिम्ना सर्वाल्लोकान्सर्वान्देवान्सर्वानात्मनः सर्वाणि भूतान्युद्गृह्णात्यजस्रं सृजति विसृजति वासाय-  
त्युद्ग्राह्यत उद्ग्राह्यते स्तुहिश्रुतं गतंसदं युवानं मृगं न भीम-  
मुपहृत्नुमुग्रं मृडाजरिवे रुद्रस्तवानो अन्यत्ते अस्मन्निवपन्तु  
सेनाः तस्मादुच्यत उग्रमिति ॥ अथ कस्मादुच्यते वीरमिति  
यस्मात्स्वमहिम्ना सर्वाल्लोकान्सर्वान्देवान्सर्वानात्मनः सर्वाणि  
भूतानि विरमति विरामयत्यजस्रं सृजति विसृजति वासयति  
यो वीरः कर्मण्यः मुहृक्षो युक्तग्रावा जायते देवकामस्त-  
स्मादुच्यते वीरमिति ॥ अथ कस्मादुच्यते महाविष्णुमिति

यस्मात्स्वमहिम्ना सर्वाल्लोकान्सर्वान्देवान्सर्वानात्मनः सर्वाणि भूतानि व्याप्नोति व्यापयति स्नेहो यथा पललपिण्डं शान्त-  
मूलमोतं प्रोतमनुव्यासं व्यतिषिक्तो व्याप्यते व्यापयते यस्मान्न जातः परो अन्यो अस्ति य आविवेश भुवनानि विश्वा प्रजापतिः  
प्रजया संविदानः त्रीणि ज्योतींषि सचते सषोडशीं तस्मा दुच्यते महाविष्णुमिति ॥ अथ कस्मादुच्यते ज्वलन्तमिति  
यस्मात्स्वमहिम्ना सर्वाल्लोकान्सर्वान्देवान्सर्वानात्मनः सर्वाणि स्वतेजसा ज्वलति ज्वालयति ज्वाल्यते ज्वालयते सविता  
प्रसविता दीप्तो दीपयन्दीप्यमानः ज्वल ज्वलिता तपन्वित-  
पन्तसंतपन्नोचनो रोचमानः शोभनः शोभमानः कल्याणस्तस्मा-  
दुच्यते ज्वलन्तमिति ॥

यह सुनकर करदेवताओं ने प्रश्न किया—‘नृसिंह भगवान् के लिए ‘उग्रम्’ क्यों कहा गया है ?’

प्रसिद्ध प्रजापति ने इसका उत्तर दिया—‘भगवान् नृसिंह अपनी महिमा से सब देवताओं, सब भूतों सब आत्माओं और सब लोकों को ऊपर उठाते हैं, वही उनकी सृष्टि, स्थिति और संहार करते हैं, वे ही उन्हें अपने में लीन कर लेते हैं। संसार पर दूसरों से अनुग्रह कराते और स्वयं भी करते हैं। इसीलिए उन्हें उग्र कहा जाता है। इस विषय में ऋग्वेद में कहा है, श्रुतिर्मां जिनकी स्तुति करती हैं, उन्हीं परमेश्वर की स्तुति करो। वे हृदय रूप गर्त में हैं, नवीन तरुणार्ई से शोभायमान हैं, सिंह रूप से प्रकट होते हुए भी मत्तों के लिये विकराल नहीं हैं। सब पर कृपा करने के लिये वे सब स्थान पर तथा सब के समीप पहुँचते हैं। वे सन्तजनों पर कृपा और दुष्टों को नष्ट करने वाले हैं, इसलिए उग्र कहे जाते हैं। हे भगवान् नृसिंह ! आप इस स्तुति से संतुष्ट होकर मुझ स्तोता को सुखी करो। आपकी भयङ्कर सेना हम पर आक्रमण न करे, वह कहीं अन्यत्र जाय। इस मंत्र में

भगवान् नृसिंह को 'उग्र' कह कर स्तुति की है, इसलिए उन्हें उग्र कहा गया है ।'

इसके पश्चात् देवताओं ने प्रश्न किया—भगवन् ! प्रभु श्रीनृसिंह को 'वीर' क्यों कहा गया है ?' इस पर ब्रह्माजी ने कहा—'भगवान् नृसिंह अपनी महिमा के द्वारा ही सब भूतों के साथ विभिन्न प्रकार के खेल खेलते हैं, वही सब लोकों और सब देवताओं में व्याप्त हैं, सभी आत्मा उन्हीं का प्रतिरूप मात्र हैं । वही सृष्टि के पालन और विनाश करने वाले हैं । सम्पूर्ण विश्व प्रलय के पश्चात् उन्हीं में लीन हो जाता है, इसलिए वे 'वीर' कहे गए हैं ।

ऋग्वेद में भी भगवान् को वीर कहा गया है, वे भक्तों पर तुरन्त कृपा करने वाले हैं, वे कर्मठ हैं क्योंकि सोमयाग में पापण हाथ में लेकर अध्वर्यु आदि के रूप में सोम निष्पीडन करते हैं । यही देवताओं की रचना करने की कामना करते रहते हैं ।'

देवताओं ने प्रश्न किया—'भगवान् को 'महाविष्णु' क्यों कहा जाता है ? 'ब्रह्माजी' बोले—'भगवान् नृसिंह अपनी महिमा से सब देवताओं, सब आत्माओं, समस्त भूतों और सम्पूर्ण लोकों को व्याप्त करते हैं । मांस पिण्ड में चिकनाई के व्याप्त रहने के समान देह के सब अवयवों में व्याप्त हैं । यह संसार प्रलयकाल में, उनमें ही लय हो जाता है, क्योंकि यह उन्हीं से संबंधित है ।'

ऋग्वेद में भी इनकी महिमा का वर्णन हुआ है—जो सर्वव्यापी होने से समस्त संसार में व्याप्त है, जो प्रजा-पालक और प्रजा के उपास्यदेव हैं, जिनसे प्रबल अन्य कोई भी प्रकट नहीं हुआ, वे भगवान् सोलह कलाओं से युक्त होकर तीनों प्रकार के तेजों में व्याप्त रहते हैं । इसलिए इन्हें 'महाविष्णु' कहा जाता है ।

देवता पूछने लगे—'यह 'ज्वलन्त' क्यों कहे जाते हैं ?' प्रजापति

ने उत्तर दिया- “भगवान् अपने महत्त्व से ही सब देवताओं, सब आत्माओं, सब लोकों और सब भूतों को अपने तेज से प्रकाशित करते और उसी तेज से स्वयं भी प्रकाशित रहते हैं। सभी लोक और ज्योतिषाँ उनके तेज से प्रकाशित होकर अपना प्रकाश फैलाते हैं। ऋग्वेद में कहा कि—“वे सविता हैं, प्रसविता भी वही हैं, वे प्रकाश से युक्त हैं, वे स्वयं प्रज्ज्वलित रहकर दूसरों की भी प्रज्ज्वलित करते हैं। वे स्वयं तपते और दूसरों की तपाते हैं। वे अपने तेज से ही कान्तियुक्त हैं तथा अपनी कान्ति से दूसरों को कान्तिमान बनाते हैं। वे परम कल्याणरूप एवं सुशोभित हैं तथा अन्य पदार्थ-उन्हीं के द्वारा सुशोभित होते हैं। इसीलिये ज्ञानीजन उन्हें ‘ज्वलन्त’ कहते हैं।

अथ कस्मादुच्यते सर्वतोमुखमिति यस्मात्समहिम्ना सर्वाल्लोकान्सर्वान्देवान्सर्वानात्मनः सर्वाणि भूतानि स्वयमनिन्द्रियोऽपि सर्वतः पश्यति सर्वतः शृणोति सर्वतो गच्छति सर्वत आदत्ते सर्वगः सर्वगतस्तिष्ठा। एकः पुरन्ताद्य इदं बभूव यतो बभूव भुवनस्य गोपाः। यमप्येति भुवनं सांपराये नमामि तमहं सर्वतोमुखम्। तस्मादुच्यते सर्वतोमुखमिति ॥ अथ कस्मादुच्यते नृसिंहमिति यस्मात्सर्वेषां भूतानां ना वीर्यतमः श्रेष्ठतमश्च सिंहो वीर्यतमः श्रेष्ठतमश्च। तस्मान्नृसिंह आसीत्परमेश्वरो जगद्धितं वा एतद्रूपं यदक्षरं भवति प्रतिद्विष्णुस्तवते वीर्याय मृगो न भीमः कुचरो गिरिष्ठाः। यस्योरुषु त्रिषु विक्रमणेष्वधिक्षियन्ति भुवनानि विश्वा तस्मादुच्यते नृसिंहमिति ॥ अथ कस्मादुच्यते भीषणमिति यस्माद्भीषणं यस्य रूपं दृष्ट्वा सर्वे लोकाः सर्वे देवाः सर्वाणि भूतानि भीत्या पलायन्ते स्वयं यतः कुतश्च न विभेति भीषास्माद्वातः पवते भीषोदेति सूर्यः भीषास्मादग्नि-श्चेन्द्रस्य मृत्युर्धावति पञ्चम इति तस्मादुच्यते भीषणमिति ॥ अथ कस्मादुच्यते भद्रोमिति यस्मात्स्वयं भद्रो भूत्वा सर्वदा भद्रं

ददाति रोचनो रोचमानः शोभनः शोभमानः कल्याणः । भद्रं  
कर्णेभिः शृणुयामः देवा भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः स्थिरैरङ्गै-  
स्तुष्टुवाग्ँसस्तनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः तस्मादुच्यते भद्रमिति ॥  
अथ कस्मादुच्यते मृत्युमृत्युमिति यस्मात्स्वमहिम्ना स्वभक्तानां  
स्मृत एव मृत्युमपमृत्युं च मारयाति । य आत्मदा बलदा यस्य  
विश्व उपासते प्रशिषं यस्य देवाः यस्य छायामृतं यो मृत्युमृत्युः  
कस्मै देवाय हविषा विधेम । तस्मादुच्यते मृत्युमृत्युमिति ॥  
अथ कस्मादुच्यते नमामीति यस्माद्यं सर्वे देवा नमन्ति मुमुक्षवो  
ब्रह्मवादिनश्च । प्र नूनं ब्रह्मणस्पतिर्मन्त्रं वदत्युक्थ्यं यस्मिन्निन्द्रो  
वरुणो मित्रो अर्यमा देवा ओकांसि चक्रिरे तस्मादुच्यते नमा-  
मीति ॥ अथ कस्मादुच्यतेऽहमिति । अहमस्मि प्रथमजा श्रुतऽस्य  
पूर्वं देवेभ्यो अभूतस्य नाभिः । यो मा ददाति स इदेवमावाः  
अहमन्नमन्नमदन्तमग्निं अहं विश्वं भुवनमभ्यभवां सुवर्णज्योतिर्यं  
एवं वेदेति महोपनिषत् ॥ इति द्वितीयोपनिषत् ॥ २ ॥

देवता पूछने लगे—‘वे ‘सर्वतोमुख’ किस लिये कहे जाते हैं ?’  
ब्रह्माजी ने कहा—सब प्राणियों, आत्माओं, देवताओं और सभी लोकों  
को वे अपनी महिमा के द्वारा ही. इन्द्रियों से परे होते हुए भी सबको  
सब ओर देखते हैं । वे सब ओर से सुनते, सब ओर से ग्रहण करते और  
सब ओर गमन करते हैं । वे सभी स्थानों में समान रूप से व्याप्त  
रहते हैं । ऋग्वेद में उनकी महिमा का वर्णन इस प्रकार किया गया  
है—‘जो भगवान् सृष्टि से पूर्व अकेले ही थे और स्वयं ही इस विश्व  
रूप से उत्पन्न हो गए, जिनके द्वारा इस विश्व की सृष्टि हुई, जो सब  
लोकों का पालन करते हैं तथा समस्त सृष्टि अन्त में, उन्हीं में  
लीन हो जाती है, वे भगवान् सर्वतोमुख हैं, उन्हें मैं नमस्कार करता  
हूँ ।’ इसमें भगवान् को सर्वतोमुख कहा गया है, इसलिए वे ‘सर्वतोमुख’  
कहाते हैं ।

देवताओं ने पूछा—“भगवान को नृसिंह क्यों कहते हैं ?” ब्रह्माजी बोले—‘सब प्राणियों में मानव का पराक्रम प्रसिद्ध है और सिंह भी सबसे अधिक पराक्रमी होता है । अतः नर और सिंह दोनों के संयुक्त रूप से पराक्रम में अधिक प्रबलता होती है, इसीलिए भगवान ने यह रूप धारण किया है । वे अपने इस रूप से विश्व का कल्याण करते हैं । उनका यह स्वरूप अविनाशी एवं सनातन है । वेद में कहा है—“भगवान विष्णु सिंह रूप धारण कर स्तोताओं द्वारा प्रस्तुत होते हैं । विभिन्न स्तोत्रों द्वारा उनकी स्तुति का जाती है । स्तोतागण विभिन्न प्रकार की शक्तियों को पाने के लिए उनकी स्तुति करते हैं । सिंह रूपधारी होने पर भी भगवान् अपने भक्तों के लिए भयङ्कर नहीं होते । वे पृथ्वी और पर्वत सर्वत्र हैं, सब रूपों में स्थिति हैं और स्तोता की वाणी में भी निहित हैं । इनके तीन डगों में लीन लोक समा गए । इसीलिए उन्हें ‘नृसिंह कहा जाता है ।’

देवताओं ने प्रश्न किया—“उन्हें भीषण क्यों कहा जाता है ?” प्रजापति ने कहा—“इनके भीषण रूप से सब भयभीत होते हैं । सभी देवता, सभी प्राणी और सब लोक इनको विकरालता से काँप कर भागते हैं, परन्तु यह किसी से भी नहीं डरते । वेद में कहा है— “इनके भय से ही सूर्य समय से प्रकाशित होता है । इनके भय से ही वायु चलता है और अग्नि तपता है, इन्द्र भी इन्हीं के भय से वर्षा आदि कर्म करते हैं तथा मृत्यु भी इनके भय से ही प्राणियों को देह से मुक्त करती है । इसीलिए यह ‘भीषण’ कहे जाते हैं ।”

देवताओं ने पूछा—“इन्हें भद्र क्यों कहते हैं ?” ब्रह्माजी ने उत्तर दिया—“भद्र का तात्पर्य कल्याण से है । वे भगवान् कल्याण स्वरूप हैं और दूसरों का भी कल्याण करते हैं । वे स्वयं कान्तिमान हैं और दूसरों को भी कान्ति प्रदान करते हैं । वे स्वयं शोभा सम्पन्न हैं इसलिए दूसरों को भी शोभा सम्पन्न करते हैं । वेद में कहा है कि

‘देवताओं ! हम यज्ञ करते हुए कानों से भद्र (कल्याण) सुनें—कल्याण का ही दर्शन करें । हम भगवान का स्तोत्र करते हुए अपने हृद अङ्गों से ऐसी आयु पावें जो हमारे उपास्य भगवान के भजन, चिन्तनादि में काम आवे । इस प्रकार ‘भद्र’ वर्णित होने से भगवान को ‘भद्र’ कहते हैं ।’

देवताओं ने पूछा कि “भगवान को मृत्यु-मृत्यु क्यों कहा जाता है ?” ब्रह्माजी ने उत्तर दिया कि ‘अपनी महिमा द्वारा अपने भक्तों के स्मरण करते ही उनकी मृत्यु और अपमृत्यु को भी नष्ट कर डालते हैं । वेद का कथन है कि जिनकी अनुज्ञा में देवगण मस्तक झुकाकर रहते और आज्ञा पालन करते हैं, जिनकी छाया अमृत स्वरूप है, जो आत्मा और शक्ति के देने वाले हैं, जो मृत्यु के लिए भी मृत्यु स्वरूप ऐसे एक एवं अद्वितीय भगवान के समक्ष हम स्वयं उपस्थित होकर आराधना करते हैं ।’ इसी के अनुसार भगवान् को ‘मृत्यु-मृत्यु’ कहते हैं ।’

देवताओं ने प्रश्न किया कि ‘मन्त्रराज में ‘नमामि’ पद क्यों प्रयुक्त हुआ है ?’ प्रजापति ने उत्तर दिया ‘कि जिन भगवान को सभी देवता, ब्रह्मादीजन तथा मुक्ति की कामना वाले साधक नमस्कार करते हैं, इसलिए उन्हें नमस्कार करना चाहिए ।’ वेद में कहा है कि जिन भगवान को लक्ष्य करके ही ब्रह्मा अपने स्तवन में नमस्कार करते हैं, वे भगवान ब्रह्मा और वेदों के रक्षक हैं । इन्द्र, वरुण, मित्र, अर्यया आदि के आश्रयभूत हैं, इसीलिए उनके निमित्त ‘नमामि’ शब्द प्रयुक्त हुआ है ।’

देवताओं ने पुनः प्रश्न किया कि ‘मंत्र में ‘अहम्’ पद क्यों प्रयुक्त हुआ है ?’ इसके उत्तर में ब्रह्माजी ने कहा कि ‘श्रुति में कहा है कि मैं अमृत का भण्डार हूँ । देवताओं से भी पूर्व मैं प्रकट हुआ हूँ । मैं ही इस प्रकट और अप्रकट संसार से पूर्व प्रकट होने वाला आत्मा



हूँ । हे देव ! तूमे मृद्धे आश्रय प्रदान करते हो, वैसे तुमने मेरा पालन किया है । मैं अन्न हूँ, अन्न भक्षक का भी भक्षक बन जाता हूँ । सूर्य के प्रकाश के समान यह सम्पूर्ण विश्व मेरे प्रकाश के सामने फीका पड़ जाता है । जो इस प्रकार का ज्ञाता है, वही यथार्थ उपासना करने वाला है । यही महोपनिषत् है ।

॥ द्वितीय उपनिषद् समाप्त ॥

देवा ह वै प्रजापतिमब्रुवन्नानुष्टुभस्य मन्त्रराजस्य नर-  
सिंहस्य शक्तिं वीजं नो ब्रूहि भगवन्निति स होवाच प्रजापतिर्मया  
वा एषा नारसिंही सर्वमिदं सृजति सर्वमिदं रक्षति सर्वमिदं  
संहरति तस्मान्मायामेतां शक्तिं विद्याद्य एतां मायां शक्तिं वेद  
स पाप्मानं तरति स मृत्युं तरति स संसारं तरति सोऽमृतत्वं च  
गच्छति महतीं श्रियतश्नुते मीमासन्ते ब्रह्मवादिनो ह्रस्वा दीर्घा-  
प्लुता चेति ॥ यदि ह्रस्वा भवति सर्वं पाप्मानं दहत्यमृतत्वं च  
गच्छति यदि दीर्घा भवति महतीं श्रियमाप्नोत्यमृतत्वं च गच्छति  
यदि प्लुता भवति ज्ञानवान्भवत्यमृतत्वं च गच्छति तदेतद्विष्णो-  
क्तं निदर्शनं स ईं पाहि य ऋजीपी तरुः श्रियं लक्ष्मीमौपलाम-  
म्बिकां गां पृष्ठीं च यामिन्द्रसेनेत्युदाहुः तां विद्यां ब्रह्मयोनिं सरूपा-  
मिहायुषे शरणमहं प्रपद्ये सर्वेषां वा एतद्भूतानामाकाशः परा-  
यणं सर्वाणि ह वा इमानि भूतान्याकाशादेव जायन्त आकाशादेव  
जातानि जीवन्त्याकाशं प्रयन्त्यभिसंविशन्ति तस्मादाकाश वीजं  
विद्यात्तदेव ज्यायस्तदेतद्विष्णोक्तं निदर्शनं हंसं शुचिषट्सुरन्त-  
रिक्षसद्भोता वेदिषदतिथिर्दुरोणसत् ॥ नृषद्वरसद्वतसद्व्योमस-  
दव्जा गोजा ऋतजा अद्रिजा ऋतं वृहत् ॥ य एवं वेदेति  
महोपनिषत् ॥

॥ इति तृतीयोपनिषत् ॥

प्रसिद्ध देवगण जिज्ञासु भाव से प्रजापति ब्रह्माजी के सामने

नतमस्तक होकर बोले—‘भगवान् ! मन्त्रराज आनुष्टुभ की शक्ति और बीज का हमें उपदेश कीजिये ।’

इस पर ब्रह्माजी ने कहा—“भगवान् की शक्तिभूता माया ही इस विषय की रचना, रक्षा और विनाश करती है । इसलिए यह माया ही शक्ति है । इस माया को शक्ति रूप से जानने वाला ज्ञानी पापों से पार होता है और भव-सागर से तर कर अमृतत्व को प्राप्त होता है, और वह इस लोक में भी महान् सुख समृद्धि का उपभोग करता है ।

ब्रह्मावादी जन सोचते हैं कि भगवान् की माया शक्ति लघु दीर्घ अथवा प्लुत है ? यदि लघु है तो जो कोई इसे लघु जाने वह अपने सब पापों को उसके द्वारा भस्म कर देता और अमृतत्व को पाता है । यदि दीर्घ है तो जो कोई उसके इस रूप को जानता है वह महान् ऐश्वर्य प्राप्त करता हुआ अंत में अमर हो जाता है । यदि वह प्लुत है तो जो उसके इस रूप का ज्ञाता है, वह अत्यन्त ज्ञानी होता और अमृतत्व प्राप्त करता है । इस सम्बन्ध में कहा गया है कि—“हे माया रूप बिन्दुमय स्वर ! मैं इस भव-सागर से पार होने की कामना वाला हूँ तो साधन के निमित्त दीर्घ आयु भी प्राप्त करना चाहता हूँ । इस उद्देश्य से मैं भगवान् की शक्ति श्री, लक्ष्मी शङ्कर भगवान् की शक्ति अम्बिका, ब्रह्मशक्ति सरस्वती, स्कन्दशक्ति पृथ्वी, इन्द्र-शक्ति इन्द्रसेना और ब्रह्म को प्राप्त कराने वाली साक्षात् प्रकट विद्या-शक्ति का आश्रय ग्रहण करता हूँ । तूम्हीं उपरोक्त शक्तियों के सहित मेरी रक्षा करो ।’

यह सभी प्राणी आकाश से उत्पन्न होते हैं, इसलिए आकाश ही सब प्राणियों का आश्रयभूत है । उत्पन्न प्राणी आकाश से ही जीवन धारण करते और अपना देह त्यागते और आकाश में ही लीन हो जाते हैं । अतः आकाश को ही सम्पूर्ण विश्व का बीज मानना चाहिए । इस विषय में यह दृष्टांत है कि जो पुरुषोत्तम भगवान् अपने

विशुद्ध परमधाम में स्वयं प्रकाशित हैं, वे ही अन्तरिक्ष में निवास करने वाले वसु हैं। वे ही घरों में आने वाले अतिथि हैं। वे ही यज्ञ की वेदी में प्रतिष्ठित अग्नि और उसमें आहुति देने वाले होते हैं। वे आकाश और स्वर्गलोक में निवास करते हैं, वे मर्त्यलोक में और सर्वश्रेष्ठ सत्यलोक में रहते हैं। वे ही पृथिवी, जल, पर्वतों और शुभ कर्मों में प्रकट होते हैं, वे ही परम सत्य एवं सबसे महान् हैं।' इस प्रकार जानने वाला ज्ञानी पूर्व कथित फलों को प्राप्त करता है। यह सहोपनिषद् है।

॥ तृतीय उपनिषद् समाप्त ॥

देवा हा वे प्रजापतिमब्रुवन्नाष्टभस्य मन्त्रराजस्य नारसिहस्याङ्गमन्त्रान्नो ब्रुहि भगव इति सहोवाच प्रजापतिः प्रणवं सावित्रीं यजुर्लक्ष्मीं नृसिहगायत्रीमित्यङ्गानि जानीयाद्यो जानीते सोऽमृतत्वं च गच्छति ॥ १ ॥

प्रसिद्ध देवताओं ने जिज्ञासु भाव से ब्रह्माजी ने प्रश्न किया— 'मन्त्रराज अनुष्टुप के अङ्गभूत मन्त्रों को हमारे प्रति कहने की कृपा करो।'।

प्रजापति ब्रह्माजी ने कहा—'प्रणव, यजुर्लक्ष्मी, गायत्री और नृसिंह गायत्री ये सब मन्त्रराज के अङ्गभूत मन्त्र हैं। इनका ज्ञाता ऐश्वर्य प्राप्ति के साथ ही अन्त में अमृतत्व को प्राप्त कर लेता है ॥ १ ॥

ओमित्येतदक्षरमिदं सर्वं तस्योपव्याख्यानं भूतं भवद्भ-विष्यदिति सर्वमोङ्कार एव यच्चान्यन्त्रिकालातीतं तदप्योङ्कार एव सर्वं ह्येतन्नब्रह्मायामात्मा ब्रह्म सोऽयमात्मा चतुष्पाज्जागरितस्थानो बहिःप्रज्ञः सप्ताङ्ग एकोनविंशतिमुखः स्थूलभुगवैश्वानरः प्रथमः पादः। स्वप्नस्थानोऽन्तःप्रज्ञः सप्ताङ्ग एकोनविंशतिमुखः प्रविविक्तभुक्तैजसो द्वितीयः पादः। यत्र सुप्तो न कश्चन कामं कामयते न कश्चन स्वप्नं पश्यति तत्सुषुप्तं सुषुप्तस्थान

एकीभूतः प्रज्ञानघन एकानन्दमयो ह्यानन्दभुक् चेतोमुखः प्राज्ञ-  
स्तृतीयः पादः । एष सर्वेश्वर एष सर्वज्ञ एषोऽन्तर्याम्येष योनिः  
सर्वस्य प्रभवाप्यौ हि भूतानां नान्तः प्रज्ञं न वहिः प्रज्ञं नोभयतः  
न प्रज्ञं प्रज्ञं नाप्रज्ञं न प्रज्ञानघनमदृष्टमव्यवहार्यमग्राह्यमलक्षणम-  
चिन्तमव्यपदेश्यमैकात्म्यप्रत्ययसारं प्रपञ्चोपशमं शान्तं शिवमद्वैत  
चतुर्थं मन्यन्ते स आत्मा स विज्ञेयः ॥ २

‘ओंकार अविनाशी है, इसी की महिमा यह सम्पूर्ण दृश्यमान  
विश्व है । भूत, अविष्यत्, वर्तमान इन तीनों कालों से सम्बन्धित जो  
कुछ है, वह सब ओंकार ही है । उक्त तीनों कालों में अतीत जो है, वह  
भी ओंकार है । यह सब कुछ ओंकार रूप ब्रह्म है । यह भगवान् नृसिंह  
ब्रह्म ही है । उनके चार पाद हैं ।

जाग्रत अवस्था और उससे व्याप्त यह स्थूल विश्व ही जिनका  
स्थान है और बाह्य संसार में जिनका ज्ञान प्रसारित है, सातों लोक  
जिनके अङ्ग हैं, पञ्च कर्मेन्द्रिय, पञ्च ज्ञानेन्द्रिय, पंच प्राण और चार  
अन्तःकरण, इस प्रकार उन्नीस जिनके मुख हैं, जो इस स्थूल विश्व के  
भोगने वाले हैं, जो विश्व रूप देह में स्थित होने से वैश्वानर कहाते हैं,  
वही सर्वरूप वैश्वानर भगवान् श्रीनृसिंह के प्रथम पाद हैं ।

स्वप्नावस्था और उससे प्रभावित यह सूक्ष्म विश्व ही जिनका  
स्थान है और आन्तरिक संसार में जिनका ज्ञान फैला हुआ है, सातों  
लोक जिनके अङ्ग और उन्नीस मुख हैं जो सूक्ष्म विश्व के भोक्ता, पालक  
एवं रक्षक हैं, ऐसे वे तैजस पुरुष ही भगवान् नृसिंह के द्वितीय पाद हैं ।

सुषुप्ति और उससे उपलक्षित सम्पूर्ण विश्व की प्रलय रूप  
अवस्था ही जिनका स्थान है, जो एक रूप में ही स्थित हैं और जिनका  
रूप घनीभूत विज्ञान है, जिनका मुख चिन्मय प्रकाश है, जो स्वयं  
आनन्दमय हैं और जो अपने स्वरूप रूप आनन्द के भोगने वाले हैं तथा

जिनसे परे और कोई नहीं है, ऐसे वे प्राज पुरुष ही भगवान् नृसिंह के तृतीय पाद हैं ।

उपरोक्त त्रिपाद परमेश्वर सबके स्वामी, सर्वज्ञ और अन्तर्यामी हैं । सम्पूर्ण जगत् की उत्पत्ति, स्थिति और संहार के स्थान भी वही हैं ।

जो न स्थूल का ज्ञाता है, न सूक्ष्म का और न इन दोनों का ही ज्ञाता है, जो न प्रज्ञान का धनीभूत है, न दिखाई देता है, जो न व्यवहार में आता, न स्पर्श में, जो किसी आकार वाला भी नहीं है, जो अचिन्त्य और अवर्णनीय है, जिनका स्वरूप आत्मसत्ता की प्रतीति मात्र है । जो प्रपञ्च-रहित, कल्याणकारी अद्वितीय है, ऐसा पूर्ण ब्रह्म ही भगवान् नृसिंह का चतुर्थ पाद है इस प्रकार ज्ञानीजन मानते हैं । उपरोक्त चार, पादों में जिनका वर्णन हुआ है वे भगवान् नृसिंह ही हैं । उन्हें जानना चाहिए ॥२॥

अथ सावित्री गायत्र्या यजुषा प्रोक्ता तथा सर्वमिदं व्याप्तं घृणिरिति द्वे अक्षरे सूर्य इति त्रीणि आदित्य इति त्रीणि एतद्वै सावित्रस्याष्टाक्षरं पदं श्रियामिषिक्तं यं एवं वेद श्रिया हैवामिषिच्यते तदेयदृचाभ्युक्तं ऋचो अक्षरे परमे व्योम-  
न्यस्मिन्देवा अधिविश्वे निषेदुः । यस्तन्न वेदा किमृचा करिष्यति य इत्तद्विदुस्त इमे समासत इति न ह वा एतस्यर्चा न यजुषा न साम्नार्थोऽस्ति यः सावित्रं वेदेति । ओंभूलक्ष्मीर्भुवर्लक्ष्मीः स्वर्लक्ष्मीः कालकर्णी तन्नो महालक्ष्मीः प्रचोदयात् इत्येषा वै महालक्ष्मीर्यजुर्गायत्री चतुर्विंशत्यक्षरा भवति । गायत्री वा इदं सर्वं यदिदं किंच तस्माद्य एतां महालक्ष्मीं याजुषीं वेद महतीं श्रियमश्नुते । ॐ नृसिंहाय विद्महे वज्रनखाय धीमहि । तन्नः सिंहः प्रचोदयात् इत्येषा वै नृसिंहगायत्री देवानां वेदानां निदानं भवति य एवं वेद निदानवान्भवति ॥ ३

यह सावित्री मन्त्र के सम्बन्ध में उपदेश करते हैं—यह सावित्री मन्त्र, गायत्री छन्द से युक्त होकर यजुर्मन्त्र के रूप में प्रकट हुआ है । यह सभी विश्व उससे व्याप्त है । अष्टाक्षरी होने से इसे गायत्री कहा गया है । इसमें 'घृणिः' और 'सूर्य' दो-दो अक्षर हैं तथा 'आदित्यः' तीन अक्षर है, आरम्भ में इसे 'श्री' बीज से अलंकृत किया जाता है । इस प्रकार यह सावित्री मन्त्र अष्टाक्षरी कहा गया है । जो ज्ञानी इस मन्त्र का ज्ञाता है, वह लक्ष्मी के द्वारा अलंकृत होता है । ऐसा दृष्टान्त भी है कि 'ऋग्वेद की ऋचायें परम व्योमरूप अविनाशी, प्रकाशमान ब्रह्म में विद्यमान हैं, वहीं सब देवताओं का निवास है । जो साधक उन स्वयं तेजस्वी ब्रह्म को नहीं जानता वह स्वाध्याय से क्या लाभ उठा लेगा ? जो ज्ञानी उस ब्रह्म के ज्ञाता हैं, वे परमधाम में आनन्दोपभोग करते हुए रहते हैं ।' इस सावित्रमन्त्र के इस प्रकार जानने वाले को ऋग्वेद, सामवेद और यजुर्वेद के मन्त्र से कोई कार्य नहीं रहता ।

'जो देवी भू-लोक की लक्ष्मी, भुवर्लोक की लक्ष्मी और स्वर्ग लोक की लक्ष्मी है, जो कालकर्णी नाम वाली है, वह महालक्ष्मी हमें श्रेष्ठ कर्मों में प्रेरित करे ।' यह यजुर्वेदोक्त महालक्ष्मी की गायत्री चौबीस अक्षरों वाली है । यह सब दृश्यमान विश्व गायत्री रूप ही है । अतः जो इस गायत्री का ज्ञाता है, वह महान् ऐश्वर्य को प्राप्त करता है ।

'हम भगवान् नृसिंह की प्राप्ति के निमित्त उपासना करते हैं । वज्ररूप नखों वाले उन परमात्मा का ही हम चिन्तन करते हैं, वे ही नृसिंह भगवान् हमें सत्कर्मों में प्रेरित करें ।' यह नृसिंह गायत्री देवताओं और वेदों के भी कारणभूता हैं । इस प्रकार जानने वाला ज्ञानी भगवान् को प्राप्त होता है ॥३॥

देवा ह वै प्रजापति मब्रुवन्नथ कर्मन्त्रः स्तुतो देवः प्रीतो भवति स्वात्मानं दर्शयति तजो ब्रूहि भगवन्निति स होवाच

प्रजापतिः । ॐ यो ह वै नृसिंहो देवो भगवान्यश्च ब्रह्मा भूभुवः  
 स्वस्तस्मै वै नमो नमः ॥ १ ॥ (यथा प्रथममन्त्रोक्तावाद्यन्तौ  
 तथा सर्वमन्त्रेषु द्रष्टव्यौ) ॥ यश्च विष्णुः ॥ २ ॥ यश्च महेश्वरः  
 ॥ ३ ॥ यश्च पुरुषः ॥ ४ ॥ यश्चेश्वरः ॥ ५ ॥ या सरस्वती ॥ ६  
 या श्रीः ॥ ७ ॥ या गौरी ॥ ८ ॥ या प्रकृतिः ॥ ९ ॥ या विद्या  
 ॥ १० ॥ यश्चोकारः ॥ ११ ॥ याश्चतस्रोऽर्जमात्राः ॥ १२ ॥  
 ये वेदाः साङ्गाः सशाखाः सेतिहासाः ॥ १३ ॥ ये च पञ्चाननयः  
 ॥ १४ ॥ याः सप्त महाव्याहृतयाः ॥ १५ ॥ ये चाष्टौ लोकपालाः  
 ॥ १६ ॥ ये चाष्टौ वसवः ॥ १७ ॥ ये चैकादश रुद्राः ॥ १८ ॥  
 ये च द्वादशादित्याः ॥ १९ ॥ ये चाष्टौ ग्रहाः ॥ २० ॥ यानि  
 च पञ्च महाभूतानि ॥ २१ ॥ यश्च कालः ॥ २२ ॥ यश्च मनुः  
 ॥ २३ ॥ यश्च मृत्युः ॥ २४ ॥ यश्च यमः ॥ २५ ॥ यश्चान्तकः  
 ॥ २६ ॥ यश्च प्राणः ॥ २७ ॥ यश्च सूर्यः ॥ २८ ॥ यश्च सोमः  
 ॥ २९ ॥ यश्च विराट् पुरुषः ॥ ३० ॥ यश्च जीवः ॥ ३१ ॥ यश्च  
 सर्वम् ॥ ३२ ॥ इति द्वात्रिंशत् इति तान्प्रजापतिरब्रवीदेतैर्मन्त्रै-  
 नित्यं देवं स्तुवन्मन्त्रं । ततो देवः प्रीतो भवति स्वात्मानं दर्शयति  
 तस्माद्य एतैर्मन्त्रैर्नित्यं देवं स्तूतिं स देवं पश्यति सोऽमृतत्वं च  
 गच्छति य एवं वेदेति महोपनिषत् ॥ ४ ॥

देवताओं ने प्रजापति से पुनः प्रश्न किया कि 'भगवान् नृसिंह  
 किन स्तोत्रों से स्तुत होने पर प्रसन्न होते और अपने दर्शन देते हैं ?'  
 इस पर प्रजापति ब्रह्माजी बोले—वे ऊपर लिखे १ से ३२ की संख्या  
 वाले मन्त्रराज के वत्तीस मन्त्रों से परम प्रसन्न होते हैं । 'देवताओं ! इन  
 मन्त्रों से नित्य प्रति भगवान् की स्तुति करो । ऐसा करने से भगवान्  
 नृसिंह प्रसन्न होकर अपना साक्षात् दर्शन देते हैं । कतः जो इस प्रकार  
 स्तुति करता है वह उनके विश्वरूप के दर्शन करता है और उसे

नृसिंहपूर्वतापिन्युपनिषत् ]

[ ३६३ ]

अमृतत्व की प्राप्ति होती है । इस प्रकार जानने वाले को भी उपरोक्त फल प्राप्त होता है । यह महोपनिषद् है ।

॥ चतुर्थ उपनिषद् समाप्त ॥

देवा ह वै प्रजापतिमब्रुवन्नाष्टभस्य मन्त्रराजस्य नार-  
सिंहस्य महाचक्रं नाम चक्रं नो ब्रूहि भगव इति सार्वकामिकं  
मोक्षद्वारं उद्योगिन उपदिशन्ति स होवाच प्रजापतिः षडक्षरं व  
एतत्सुदर्शनं महाचक्रं तस्मात्षडक्षरं भवति षट्पत्र चक्रं भवति  
षड्वा ऋतव ऋतुभिः सम्मितं भवति मध्ये नाभिर्भवति नाभ्यां  
वा एते अराः प्रतिष्ठिता मायया एतत्सर्वं वेष्टितं भवति नात्मानं  
माया स्पृशति तस्मान्मायया बहिर्वेष्टितं भवति । अथाष्टारमष्ट-  
पत्रं चक्रं भवत्यष्टाक्षरा वै गायत्री गायत्र्या सम्मितं भवति  
बहिर्मायया वेष्टितं भवति क्षेत्रं क्षेत्रं वै मायैषा सम्पद्यते । अथ  
द्वादशारं द्वादशपत्रं चक्रं भवति द्वादशाक्षरा वै जगती जगत्या  
संमितं भवति बहिर्मायया वेष्टितं भवति । अथ षोडशारं षोड-  
शपत्र चक्रं भवति षोडशकलो वै पुरुषः पुरुष ऐवेदं सर्वं पुरुषेण  
संमितं भवति मायया बहिर्वेष्टितं भवति । अथ द्वात्रिंशदरं  
द्वात्रिंशत्पत्रं चक्रं भवति द्वात्रिंशदक्षरा वा अनुष्टुभभवत्यनुष्टुभा  
सर्वमिदं भवति बहिर्मायया वेष्टितं भवत्यरेर्वा एतत्सुबद्धं  
भवति वेदा वा एते आराः पक्षैर्वा एतत्सर्वतः परिक्रामति छन्दांसि  
वै पत्राणि ॥ १

देवताओं ने प्रजापतिजी से श्रद्धापूर्वक कहा—‘भगवन् !  
आनुष्टुभ मन्त्रराज के महाचक्र नामक चक्र के सम्बन्ध में बताने की  
कृपा करें । यह चक्र मोक्ष-द्वार और सम्पूर्ण अभीष्टों का पूरक बताया  
जाता है ।’

इस पर प्रसिद्ध प्रजापति ब्रह्माजी ने कहा—‘आपका कहना  
यथार्थ है । इस महाचक्र का नाम सुदर्शन है और यह छै अक्षरों से  
युक्त है । इसमें छः ऋतुएँ हैं, उन ऋतुओं की सभता अरों से की जाती



है । इस चक्र में जो नाभि हैं, उसमें यह अरे जुड़े हुए हैं । सम्पूर्ण चक्र माया रूप नेत्रि से घिरा हुआ है । माया आत्मा का स्पर्श नहीं कर सकती, इसलिये इस चक्र को माया ने बाहर से ही घेर रखा है । फिर आठ अरों वाला अष्टदल चक्र बनता है और गायत्री के भी आठ पाद होते हैं इसलिए गायत्री के पादों से अरों की समता की जाती है । माया ने इन्हें भी बाहर की ओर ही घेर रखा है । फिर द्वादश अरों वाला चक्र बनता है, द्वादश अक्षरों वाले जगती छन्द से इस द्वादश दल चक्र की समता की जाती है । यह भी माया द्वारा बाहर की ओर ही घिरा है । फिर सोलह दल वाला षोडशार बनता है यह सोलह कलाओं से युक्त है, भगवान् नृसिंह भी सोलह कला वाले हैं, इसलिये इसे साक्षात् भगवान् ही समझें । यह भी माया द्वारा बाहर की ओर ही आवेष्टित है । फिर वत्तीस अरों से युक्त चक्र बनता है, अनुष्टुप् में भी वत्तीस अक्षर होते हैं । अनुष्टुप् के अक्षरों से चक्र के अरों की समता करे । यह भी माया द्वारा बाहर की ओर ही आवेष्टित है । वेद ही इस चक्र के अरे हैं, छन्द इसके पत्ते हैं । उन पत्तों से ही यह सब ओर घूमता है ॥१॥

एतत्सुशर्नं महाचक्रं तस्य मध्ये नाभ्यां तारकं यदक्षरं नरसिंहमेकाक्षरं तदभवति षट्सु पत्रेषु षडक्षरं सुदर्शनं भवत्यष्टसु पत्रेष्वष्टाक्षरं नारायणं भवति द्वादशसु पत्रेषु द्वादशाक्षरं वासुदेवं भवति षोडशसु पत्रेषु मातृकाद्याः सविन्दुकाः शोडश स्वरा भवन्ति द्वात्रिंशत्सु पत्रेषु द्वाविंशदक्षरं मन्तराजं नारसिंहं मानुष्टुभं भवति तद्वा एतत्सुदर्शनं नाम चक्रं सार्वकामिकं मोक्षद्वारमृद्मयं यजुर्मयं साममयं ब्रह्ममयममृतमयं भवति तस्य पुरस्ताद्वसव आसते रुद्रा दक्षिणत आदित्याः पश्चाद्विश्वेदेवा उत्तरतो ब्रह्माविष्णुमहेश्वरा नाभ्यां सूर्याचन्द्रमसौ पार्श्वयोस्तदेतद्व्याभ्यक्तं । ऋचो अक्षरे परमे व्योमन्यस्मिन्देवा अधिविश्वे

निपेदुः । यस्तन्न वेद किमृचा करिष्यति य इत्तद्विदुस्त इमे समासत इति तदेतत्सुदर्शनं महाचक्रे वालो वा युवा वा वेद स महान्भवति स गुरुः सर्वेषां मन्त्राणामुपदेष्टा भवत्यनुष्ट भा होमं कुर्यादनुष्टुभार्चनं कुर्यात्तदेतद्रक्षोघ्न मृत्युतारक गुरुणा लब्धं कण्ठे बाही शिखायां वा वधनीत सप्तद्वीपवती भूमिर्दक्षिणार्थं नावकल्पते तस्माच्छ्रद्धया यां कांचिद्गां दद्यात्सा दक्षिणा भवति ॥ २

यह बत्तीस दल वाला चक्र ही सुदर्शन नामक महाचक्र है । इसके बीच में जो नाभि है, उनमें ही भगवान् नृसिंह से सम्बन्धित तारक मन्त्र का न्यास करना चाहिए । वह तारक मन्त्र केवल एक अक्षर का है । छः पत्रों में पडाक्षरी सुदर्शन मन्त्र का न्यास होता है । आठ दलों में अष्टाक्षरी नारायण मन्त्र का और बारह दलों में द्वादशाक्षरी वासुदेव मन्त्र का न्यास होता है । सोलह दलों में पौडश अक्षर होते हैं । बत्तीस दलों में मन्त्रराज अनुष्टुभ का न्यास किया जाता है । यह सुदर्शन नामक महाचक्र सुविख्यात है । यह सभी अभीष्टों का पूरक, भुक्ति का द्वार और ऋक्, यजु, साम का साक्षात् रूप तथा अमृतयुक्त है । इनके पूर्व में अष्टावसु, पश्चिम में द्वादश आदित्य, उत्तर में विश्वेदेवा और दक्षिण में एकादश रुद्र रहते हैं । नाभि में ब्रह्मा, विष्णु और शिव तथा इधर-उधर सूर्य और चन्द्रमा रहते हैं ।

ऋचा में भी कहा है कि 'भगवान् नृसिंह परम व्योम रूप एवं अविनाशी हैं, उन्हीं में सम्पूर्ण वेद विद्यमान हैं । उन्हीं में सब देवता प्रतिष्ठित हैं । जो उन परमेश्वर भगवान् नृसिंह को नहीं जानता, उसे ऋग्वेद पढ़ने से कोई लाभ नहीं । जो पुरुष भगवान् नृसिंह और उनके महाचक्र का ज्ञाता है, वह परब्रह्मा में स्थित होता है । इस महाचक्र को यदि कोई बालक अथवा युवा भी जान लेता है, वह महान् हो जाता

है और सब का गुरु होता है । मन्त्रराज अनुष्टुप् से ही पूजन और हवन करे । यह महाचक्र राक्षसों के डर से बचाने वाला है, यही मृत्यु से पार लगाने वाला है । गुरु से इसे यन्त्र रूप में लेकर कण्ठ, शिखा या भुजा में बाँधे । जो गुरु इस मन्त्र का उपदेश दे, उसे दक्षिणा में समूची पृथिवी भी दे दी जाय तो वह न्यून है । श्रद्धा के अनुसार जितना हो सके भू-भाग दान करे, वही सर्वश्रेष्ठ दक्षिणा है ॥२॥

देवा ह वै प्रजापतिमब्रुवन्नानुष्टुभस्य मन्त्रराजस्य नार-  
सिंहस्य फलं नो ब्रूहि भगव इति स होवाच प्रजापतिर्य एतं  
मन्त्रराज नारसिंहमानुष्टुभं नित्यमधीते सोऽग्निपूतो भवति स  
वायुपूतो भवति स आदित्यपूतो भवति स सोमपूतो भवति स  
सत्यपूतो भवति स ब्रह्मपूतो भवति स विष्णुपूतो भवति स रुद्र-  
पूतो भवति स देवपूतो भवति स सर्वपूतो भवति स सर्वपूतो  
भवति ॥ ३

देवताओं ने प्रजापति से पुनः पूछा—भगवन् ! आनुष्टुभ मन्त्रराज  
का फल हमें कृपापूर्वक बताइये ।’

प्रजापति बोले—‘इस मन्त्रराज का दैनिक जप करने वाला  
पुरुष अग्नि में तपा कर शुद्ध किये सुवर्ण के समान हो जाता है । वह  
वायु, सूर्य और चन्द्रमा द्वारा शुद्ध कर दिया जाता है । वह सत्य  
तथा लोक के द्वारा और ब्रह्मा, विष्णु, शिव तथा वेद के द्वारा  
शुद्ध हो जाता है ॥३॥

॥ नृसिंहपूर्वतापनीयोपनिषद् समाप्त ॥

## नृसिंहषट्चक्रोपनिषत्

ॐ देवा हः वै सत्यं लोकमायस्तं प्रजापतिमपृच्छन्नार-  
सिंहचक्रो ब्रूहीति । तान्प्रजापतिनरसिंहचक्रमवोचत् । षड्वै  
नारसिंहानि चक्राणि भवन्ति । यत् प्रथमं तच्चतुररं यद्वितीयं  
तच्चतुररं यत्तृतीयं तदष्टारं यच्चतुर्थं तत्पञ्चारं यत्पञ्चमं तत्पञ्चारं  
यत् षष्ठं तदष्टारं तदेतानि षडेव नारसिंहानि चक्राणि भवन्ति ॥

अथ कानि नामानि भवन्ति । यत् प्रथमं तदाचक्रं यद्-  
द्वितीयं तत्सुचक्रं यत्तृतीयं तन्महाचक्रं यच्चतुर्थं यत्सकललोक-  
रक्षणचक्रं यत्पञ्चमं तद्द्यूतचक्रं यद्वै षष्ठं तदसुरान्तकचक्रं  
तदेतानि षडेव नारसिंहचक्रनामानि भवन्ति ॥

अथ कानि त्रीणि वलयानि भवन्ति । यत्प्रथमं तदान्तर-  
वलयं भवति । यद्द्वितीयं तन्मध्यमवलयं भवति । यत् तृतीयं  
तद्बाह्यं वलयं भवति । तदेतानि त्रीण्येव वलयानि भवन्ति ।  
यदा तद्वै तद्बीजं यन्मध्यमं तां नारसिंहगायत्रीं यद्बाह्यं  
तन्मन्त्रः ॥

अथ किमान्तरं वलयम् । षड्वान्तराणि वलयानि भवन्ति ।  
यन्नारसिंहं तत्प्रथमस्य यन्माहालक्ष्म्यं तद्द्वितीयस्य यत्सारस्वतं  
तत्तृतीयस्य यस्य यत्कामं देवं तच्चतुर्थस्य यत् प्रणवं तत्पञ्चमस्य  
तत्क्रोधदेवतं तत् षष्ठस्य । तदेतानि षण्णां नारसिंहचक्राणां षडा-  
न्तराणि वलयानि भवन्ति ॥

ॐ देवताओं ने सत्य स्वरूप व्यापक लोकपिता प्रजापति से कहा  
हमें नारसिंह चक्र का उपदेश करो । तब उन्हें प्रजापति ने नारसिंह चक्र  
का उपदेश दिया, जो इस प्रकार है कि नारसिंह चक्र छः हैं । पहला  
चक्र चार 'अर' वाला ( तांगे आदि के पहियों में जो गोलाकार रूप से

कई बारीक-बारीक ढण्डे जुड़े रहते हैं उसे भर कहते हैं ) दूसरा भी चार ही भर वाला, तीसरा आठ, चौथा पांच, पांचवां भी पांच भर वाला छठा आठ भर वाला है । सो इस प्रकार छः ही नारसिंह चक्र होते हैं । यह पूछे जाने पर कि उनके नाम क्या हैं ? प्रजापति ने उत्तर दिया—पहला आचक्र, दूसरा सुचक्र, तीसरा महाचक्र, चौथा सकल लोक रक्षण, पांचवां द्यूतचक्र एवं छठा असुरान्तचक्र के नाम प्रसिद्ध है । तो ये छः नारसिंह चक्रों के नाम हैं । ये पूछने पर कि उसके तीन वलय ( वेष्टन ) कौन-कौन हैं ? प्रजापति ने उत्तर दिया पहला आन्तर, दूसरा मध्यम, तीसरा बाह्य । ये तीन ही वलय हैं । इनमें जो मध्यम वीज है वह नारसिंह गायत्री एवं जो बाह्य है वह मन्त्र है ।

आन्तर वलय कितने हैं ? यह पूछे जाने पर उन्होंने कहा—आन्तर वलयों की संख्या छः है । नारसिंहम् पहले का, महालक्ष्म्यं का, सारस्वत तीसरे का, जिसका जो नष्ट देव हो वह चौथे का, प्रणव ( ओंकार ) पांचवे का, क्रोध दैवत छठे का नाम है । सो ये छः नारसिंह चक्रों के छः आन्तर वलय हुआ करते हैं ।

अथ किं मध्यम वलयम् । षड्वै मध्यमानि वलयानि भवन्ति । यन्नारसिंहाय तत्प्रथमस्य यद्विष्णवे तद्द्वितीयस्य यद्वज्रनाथाय तत्तृतीयस्य यद्धीमहि तच्चतुर्थस्य यत्तन्मस्तत्पंचमस्य यत्सिंहः प्रचोदयादिति तत् षष्ठस्य । तदेतानि षण्णां नारसिंह चक्राणां षण्मध्यमानि वलयानि भवन्ति ॥

अथ किं बाह्यं वलयम् । षड्वै बाह्यानि वलयानि भवन्ति । यदाचक्रं यादात्मा तत्प्रथमस्य यत्सुचक्रं यत्प्रियात्मा तद्द्वितीयस्य यन्महाचक्रं यज्ज्योतिरात्मा तत्तृतीयस्य यत्सकल-लोकरक्षणचक्रं यन्मायात्मा तच्चतुर्थस्य यदाचक्रं यद्योगात्मा तत्पञ्चमस्य यदसुरान्तकचक्रं यत्सत्यात्मा तत् षष्ठस्य । तदेतानि षण्णां नारसिंहचक्राणां षट् बाह्यानि वलयानि भवन्ति ॥

मध्यम बलयों की कितनी संख्या है ? यह जब पूछा तो प्रजापति ने उत्तर दिया—मध्यम बलयों की संख्या भी छः ही है । ‘नारसिंहाय’ प्रथम का ‘विद्यहे’ दूसरे का ‘वज्रनखाय’ तीसरे का ‘धीमहि’ चौथे का ‘तन्नः’ पांचवे का ‘सिंहः प्रचोदयात्’ छठे का नाम है । सो ये छः नारसिंह चक्रों के छः बलय होते हैं । बाह्य बलय कितने तथा क्या है ! इसका उत्तर दिया कि बाह्य बलय भी छः ही होते हैं । जो आचक्र तथा आत्मा है वह पहले का, जो सुचक्र तथा प्रियात्मा है वह दूसरे का, जो महाचक्र तथा ज्योतिरात्मा वह तीसरे का, जो सकल लोक रक्षण चक्र तथा मायात्मा है वह चौथे का, जो आचक्र तथा योगात्मा है वह पांचवें का, जो असुरान्त चक्र तथा सत्यात्मा है वह छठे का नाम है । सो ये छः नारसिंह चक्रों के छः बाह्य बलय है ।

कौतानि न्यस्यानि । यत्प्रथमं तद्धृदये यद्वितीयं तच्छि-  
रसि यत्तृतीयं तच्छिखायां यच्चतुर्थं तत्सर्वेष्वङ्गेषु यत्पंचमं-  
तत्सर्वेषु [!] यत् षष्ठं तत्सर्वेषु देशेषु । य एतानि नारसिंहानि  
चक्राण्येतेष्वङ्गेषु विभृयात् तस्यानुष्टुप् सिध्यति । तं भगवान्  
नृसिंहः प्रसीदति । तस्य कैवल्यं सिध्यति । तस्य सर्वे लोकाः  
सिध्यन्ति । तस्य सर्वे जनाः सिध्यन्ति । तस्मादेतानि षण्णां-  
नारसिंहचक्राण्यङ्गेषु न्यस्यानि भवन्ति । पवित्रं एतत्तस्य  
न्यसनम् । न्यसनान्नृसिंहानन्दी भवति । कर्मण्यो भवति ।  
ब्रह्मण्यो भवति । अन्यसानान्न नृसिंहानन्दी भवति । न कर्मण्यो  
भवति । तस्मादेतत्पवित्रं तस्य न्यसनम् ॥

यो वा एतं नरसिंहं चक्रमघोते स सर्वेषु वेदेष्वधीतो-  
भवति । स सर्वेषु यज्ञेषु याजको भवति । स सर्वेषु तीर्थेषु  
स्नातो भवति । स सर्वेषु मन्त्रेषु सिद्धो भवति । स सर्वत्र शुद्धो  
भवति । स सर्वरक्षो भवति । भूतपिशाचशाकिनीप्रेतवन्ताक-  
नाशको भवति । तदेतन्नाशहृद्धानाय प्रब्रूयात्तदेतन्नाशहृदाय-  
प्रब्रूयादिति ॥

ये कहाँ रखने चाहिये इनका न्यास कहाँ करना चाहिये ? यह पूछने पर उत्तर दिया कि—जो पहला है वह हृदय में, जो दूसरा है वह शिर में, जो तीसरा है वह शिखा में, जो चौथा है वह सभी अङ्गों में, जो पाँचवाँ वह सभी (१) जो छठा वह सभी देशों में धारण करने चाहिये । जो इन नारसिंह चक्रों को इन-इन अङ्गों में धारण करता है, उसे अनुष्टुप सिद्धि हो जाती है । उसके ऊपर भगवान् नृसिंह प्रसन्न होते हैं । उसे मोक्ष प्राप्त होती है । उसे सभी लोक सिद्ध होते हैं ( प्राप्त होते हैं ) सभी लोग उसे सिद्ध होते हैं ( उसके वश में हो जाते हैं ) । सो ये छः नारसिंह चक्रों के अङ्गों में न्यास के स्थान हैं । इनका न्यास अत्यन्त पवित्र है इनके न्यास से मनुष्य नृसिंह को आनन्द देने वाला, कर्मण्य, ब्रह्मज्ञाता हो जाता है । इसके बिना न्यास के नृसिंह आनन्दित नहीं होते और मनुष्य कर्मण्य ही हो सकता है, सो यह अत्यन्त पवित्र हैं इनका न्यास ही अत्यन्त पवित्र है । जो इस नारसिंह चक्र का अध्ययन करता है वह सभी वेदों का अध्ययनकर्ता समझा जाता है । वह सभी यज्ञों का कर्ता समझा जाता है अर्थात् वह सभी यज्ञ कर चुका यह माना जाता है । उसने सभी तीर्थों में स्नान भी कर लिया । उसे सभी मन्त्रों की सिद्धियाँ भी प्राप्त हो जाती हैं । वह सभी जगह शुद्ध हो जाता है । वह सबकी रक्षा करने वाला होता है । भूत, पिशाच, शाकिन, प्रेत तथा वंताक आदि भयावह योनियों का नाश करने वाला भी वह होता है ( उसके पास ये सब फटक नहीं सकते ।) वह निर्भय हो जाता है । इस नारसिंह चक्र का उपदेश श्रद्धाहीन को किसी भी अवस्था में नहीं करना चाहिए ।

॥ नृसिंहपट्टचक्रोपनिषत् समाप्त ॥

## दक्षिणामृत्युपनिषत्

ॐ सह नावतु । सह नौ भुनक्तु । सहवीर्यं करवावहै ।  
तेजस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै । ॐ शान्तिः शान्तिः  
शान्तिः ।

ब्रह्म हम दोनों ( गुरु-शिष्य ) की साथ ही रक्षा करो, हम  
दोनों का साथ ही पालन करो, हम दोनों एक साथ ही पराक्रम करें, हम  
दोनों का अध्ययन पराक्रमी हो, दोनों किसी का द्वेष न करें ।  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

ब्रह्मावर्तं महाभाण्डीरवट्मूले महासत्राय समेता महर्षयः  
शीनकादयस्त ह समित्पाणयस्तत्त्वजिज्ञासवो मार्कण्डेयं चिरञ्जीवि-  
नमुपसमेत्य पप्रच्छुः केन त्वं चिरं जीवसि केन वाऽऽनन्दमनु-  
भवसीति ॥ १ ॥

परमरहस्यशिवतत्त्वज्ञानेनेति स होवाच ॥ २ ॥

किं तत् परमरहस्यशिवतत्त्वज्ञानम् । तत्र को देवः । के  
मन्त्राः । का निष्ठा । किं तज्ज्ञानसाधनम् । कः परिकरः । को  
बलिः कः कालः । किं तत्स्थानमिति ॥ ३ ॥

स होवाच । येन दक्षिणामुखः शिवोऽपरोक्षीकृतो भवति  
तत् परमरहस्यशिवतत्त्वज्ञानम् ॥ ४ ॥

यः सर्वोपरमे काले सर्वान्।त्मन्युपसंहृत्य स्वात्मानन्दसुखे  
भोदते प्रकाशते वा स देवः ॥ ५ ॥

ब्रह्मावर्त में महाभाण्डीर नामक बरगद के नीचे बड़े भारी दीर्घ-  
कालीन यज्ञ करने के लिये शीनकादि महाऋषि एकत्रित हुए तथा  
तत्त्व-ज्ञान की जिज्ञासा से हाथों में समिधायें लेकर (कुशहस्त होकर)  
चिरञ्जीवी मार्कण्डेय के पास आकर पूछा—महाराज ! आप कैसे



चिरकाल से जीवित रह रहे हो ? तथा कैसे आप अपार आनन्द का अनुभव करते रहते हो ? । २ । तब उन्होंने उत्तर दिया कि परम गुप्त जो शिव-तत्त्व का ज्ञान है वही मेरे चिरजीवी होने में कारण है । २ । तब शौनकादि, ऋषि बोले—वह परम गुप्त शिवतत्त्व ज्ञान क्या वस्तु है ? उसका आराध्य कौन देवता है ? मन्त्र कौन से हैं ? आत्मा क्या है ? उस ज्ञान के साधन कौन से हैं ? (क्या सामग्री चाहिये) क्या बलि उसमें अपेक्षित है ? क्या काल है ? उसकी प्राप्ति का स्थान कौन-सा है ? । ३ । मार्कण्डेय बोले—जिससे दक्षिणा मुख नामक शिव दृष्टिगोचर होते हैं वही परम गुप्त शिवतत्त्व ज्ञान है । ४ । जो सकल विश्व के समाप्ति के समय सारे चराचर को अपने अन्दर लीन करके अपने आप आत्मानन्द के सुख में प्रसन्न रहते हैं (अर्थात् आत्माराम हो जाते हैं) तथा स्वयं प्रकाशित होते हैं वही इस तत्त्वज्ञान के देव हैं । ५ ।

अत्रंते मन्त्र रहस्यश्लोका भवन्ति अस्य श्रीमेघादक्षिणा-  
मूर्तिमन्त्रस्य ब्रह्मा ऋषिः । गायत्री छन्दः । देवता दक्षिणाऽऽस्यः ।  
मन्त्रेणाङ्गन्यासः ॥ ६ ॥

ॐ आदौ नम उच्चार्य ततो भगवते पदम् ।

दक्षिणेति पदं पश्चान्मूर्तये पदमुद्धरेत् ॥७

अस्मच्छब्दं चतुर्थ्यन्तं मेघां प्रज्ञां पदं वदेत् ।

समुच्चार्य ततो वायुवीजं च्छं च ततः पठेत् ॥८

अग्निजायां ततस्त्वेष चतुर्विंशक्षरो मनुः ॥७

ध्यानम् स्फुरिकरजतवर्णं मौक्तिकीमक्षमाला-

ममृतकलशविद्यां ज्ञानमुद्रां कराग्रे ।

दधतमुरगकक्षं चन्द्रचूडं त्रिनेत्रं

विधृतविविधभूषं दक्षिणामूर्तिमीडे ॥८

मन्त्रेण न्यासः—

आदौ वेदादिमुच्चार्य स्वराद्यं सविसर्गकम् ।

पञ्चार्णं तत उद्धृत्य अतरं सविसर्गकम् ।-

अन्ते समुद्धरेत्तारं मंनुरेष नवाक्षरः ॥६॥

मुद्रां भद्रार्थदात्रीं सपरशुहरिणं बाहुभिर्वाहिहमेकं

जान्वासक्तं दधानो भुजग विलसमाबद्धकक्ष्यो वटाधः ।

आसीनश्चन्द्रखण्डप्रतिघटिजटाक्षीरगौरस्त्रिनेत्रो

दद्यादाद्यः शुकाद्यैर्मुनिभिरभिवृतो भावशुद्धि भवो नः ॥१०॥

इस विषय में मन्त्रों के रहस्य को प्रकट करने वाले श्लोक इस प्रकार हैं—इस-मेघादक्षिणामूर्ति मन्त्र का ऋषि ब्रह्मा है, छन्द गायत्री है, तथा देवता दक्षिणामुख है । ६ । ( मन्त्र के द्वारा अङ्गभ्यास )  
( नीचे दिये गये श्लोकों से मन्त्र निकलता है । )

प्रारम्भ में 'ॐ नमः' उच्चारण करके तब 'भगवते' इस पद को पुनः 'दक्षिणा' यह शब्द फिर 'मूर्तये' यह पद तत्पश्चात् अस्मद् शब्द का चतुर्थी का एक वचन अर्थात् 'मह्य' पद एवं 'मेघां प्रज्ञा' इन पदों का उच्चारण करना चाहिये । 'प्र' उच्चारण कर तब वायु का 'धीज' मन्त्र 'य' और उसके बाद 'च्छ' शब्द को पढ़े उसके बाद अग्निदेव की स्त्री अर्थात् 'स्वाहा' बोले—यही चौबीस अक्षरों वाला मनु मन्त्र है ।

भावार्थ यह हुआ कि 'ॐ नमो भगवते दक्षिण मूर्तये मह्य' मेघां प्रज्ञां प्रयच्छ स्वाहा' यह मन्त्र पढ़ना चाहिए । ७ । (ध्यान) में ऐसी दक्षिणामूर्ति की स्तुति करता हूँ जो कि स्फटिक मणि तथा चाँदी के समान गोरे वर्ण वाली है तथा जिसके हाथ में ज्ञान की मुद्रा स्वरूप तथा अमृततत्त्वदात्री विद्या स्वरूपिणी मोतियों की माला है । एवं जिसके शरीर पर साँप घूम रहे हैं और जिसके सिर पर चन्द्रमा है तथा जिसकी तीन आँखें हैं तथा जो अनेकों देवों की धारणा किये हुए है । ८ ।

मन्त्र द्वारा म्यास—

प्रारम्भ में विसर्ग सहित स्वरों के आदि अक्षरों को एवं वेद के आदि अक्षर को अर्थात् 'ॐ' (अः उ म्) (ओ अः म्) को पुनः पञ्चार्ण

अर्थात् 'दक्षिणामूर्तिः' शब्द को तत्पश्चात् विसर्ग सहित अन्तर शब्द को अर्थात् 'अन्तरः' को और अन्त में तार अर्थात् 'ॐ' का उच्चारण करे । यह नवाक्षर मनु-मन्त्र कहलाता है । ९ । (व्यान) ऐसे आद्य भगवान् शंकर हमें भावबुद्धि प्रदान करें जो कि शुक्रदेव आदि मुनियों से घिरे रहते हैं तथा जिनका एक हाथ कल्याणमय अभयदान की मुद्रा में है तथा अन्य दो हाथों में जिन्होंने फरसा तथा (हिरण) हरिण धारण कर रखा है । एवं जिनका एक हाथ जाँघ पर रक्खा है तथा जो वरगद के नीचे बैठे हैं जिनके शरीर पर बड़े-बड़े साँग घूम रहे हैं । साथ ही दूज के चाँद से जिनकी जटा सुशोभित है एवं जो कि दूध के समान गोरे रङ्ग के हैं तथा जिनकी तीन आँखें हैं । १० ।

मन्त्रेण न्यासः—

तारं वृद्धं नम उच्चार्य मायां वाग्भवमेव च ।  
 दक्षिणापदमुच्चार्य यतः स्यान्मूर्तये पदम् ॥११  
 ज्ञानं देहि पदं पश्चाद्वह्निजायां ततो न्यसेत् ।  
 मनुरष्टादशाणोऽयं सर्वमन्त्रेषु गोपितः ॥१२  
 भस्मव्यापाण्डुराङ्गः शशिशकलधरो ज्ञानमुद्राक्षमाला-  
 वीणापुस्तकैर्विराजत्कमलधरो योगपट्टाभिरामः ।  
 व्याख्यापीठे निषण्णो मुनिवरनिकरैः सेव्यमानः प्रसन्नः  
 सव्यालः कृत्तिवासाः सततमवतु नो दक्षिणामूर्तिरीशः ॥१३

मन्त्रेण न्यासः—

तारं परां रमावीजं वदेत् साम्बशिवाय च ।  
 तुभ्यं चानलजायां तु मनुर्द्वादशवर्णकः ॥१४  
 वीणां करैः पुस्तकमक्षमालां विभ्राणमभ्रा भगलं वराढ्यम् ।  
 फणीन्द्रकक्ष्यं मुनिभिः चुकाद्यैः सेव्यं वटाघः कृत-  
 नीडमीडे ॥ १५ ॥

प्रथम तारं अर्थात् 'ॐ' 'ब्लू' नमः' उच्चारण करके माया अर्थात् ह्रीं वारम्भव अर्थात् ऐं तथा दक्षिणा पद को कहकर पुनः 'मूर्तये' तथा 'ज्ञानं देहि' और अन्त में 'अग्नि की स्त्री' अर्थात् 'स्वाहा' शब्द का उच्चारण करें अर्थात् 'ॐ' ब्लू' नमो ह्रीं ऐं दक्षिणा मूर्तये ज्ञानं देहि स्वाहा' इस अठारह अक्षर वाले मनु मन्त्र का उच्चारण करे। यह सब मन्त्रों में अत्यन्त गोपनीय है। ११—१२। (ध्यान) भस्म से जिनका सारा शरीर सफेद हो रहा है तथा जो कि चन्द्रमा के टुकड़े को धारण किये हैं एवं जो करकमल में ज्ञानमुद्रा ( अभयदान की मुद्रा ) वद्वार माला, वीणा एवं पुस्तक को धारण किये हैं तथा जो कि योगियों के पास रहने वाले पट्ट से (लकड़ी का बना हुआ भुजाटेकने का) सुशोभित हैं। एवं जो कि ध्यास पीठ पर विराजमान हैं तथा श्रेष्ठ श्रेष्ठ मुनिजन जिनकी सेवा सुश्रूपा में लगे हैं और जो प्रसन्न मुख सर्पों से शोभित तथा ध्यात्र चर्म की धारण किये हैं ऐसे दक्षिणामूर्ति भगवान् हमारी निरन्तर रक्षा करें। १३। (मन्त्र द्वारा न्यास) प्रथम ओं, ह्रीं, श्रीं, कहे पुनः 'साम्ब शिवाय' पुनः 'तुभ्यं' अन्त में स्वाहा—यह बारह अक्षर वाला मनुमन्त्र है। १४। ध्यानः—जिन्होंने हाथों में वीणा, पुस्तक तथा वद्वार माला धारण कर रखी है एवं (एक हाथ अभयदान की मुद्रा में हमेशा हो रहता है) तथा जिसके गले की शोभा काले घने बादल के समान है। और जो श्रेष्ठों में भी श्रेष्ठ हैं सर्प जिनके शरीर पर लपलपा रहे हैं एवं जो शुकदेव आदि मुनियों द्वारा सेवित किये जा रहे हैं और जो कि वरगद के नीचे (वास किये) विराजमान हैं ऐसे भगवान् की मैं स्तुति करता हूँ। १५।

विष्णु ऋषिरनुष्टुप् छन्दः । देवता दक्षिणाऽऽस्यः । मन्त्रेणन्यासः ।  
 तारं नमो भगवते तुभ्यं वटपदं ततः ।  
 मूलेति पदमुच्चार्य वासिने पद मुद्धरेत् ॥१६  
 वागीशाय पदं पश्चान्महाज्ञानपदं ततः ।

दायिने पदमुच्चार्य मायिने नम उद्धरेत् ॥१७  
 आनुष्टुभो मन्त्र राजः सर्वमन्त्रोत्तमोत्तमः ॥१८  
 मुद्रापुस्तकवह्निनागविलसद्वाहुं प्रसन्नाननं  
 मुक्ताहारविभूषणं शशिकलाभास्वत्किरीटोज्ज्वलम् ।  
 अज्ञानापहमादिमादिमगिरामर्थं भवानीपति  
 न्यग्रोवान्तनिवासिनं परगुरुं ध्यायाम्यभीष्टाप्तये ॥१९

प्रथम 'ओं नमो भगवते तुभ्यं' पुन 'वट' शब्द तब 'मूल' शब्द फिर 'वासिने' शब्द कहकर 'वागीशाय' पुनः 'महाज्ञान' एवं 'दायिने' और 'मायिने' का उच्चारण कर अन्त में नमः शब्द का उच्चारण करे । अर्थात् 'ओं नमो भगवते तुभ्यं' वट मूल वासिने वागीशाय महाज्ञानदायिने मायिने नमः । यह आनुष्टुभ मन्त्रराज है जो कि सभी श्रेष्ठ मन्त्रों में उत्तम है । १६-१७-१८ । ( ध्यान )—अभय ज्ञान मुद्रा, पुस्तक तथा भयानक सर्पों से जिनके हाथ सुशोभित हैं और जो कि प्रसन्नमुख हैं । मोतियों के हार जिनकी शोभा बढ़ा रहे हैं और चन्द्रमा की कला से चमकने वाले मुकुट से जो अधिक शोभायमान लग रहे हैं । साथ ही जो अज्ञान को नाश करने वाले हैं और जो कि आदि पुरुष हैं और वाणी के जो विषय नहीं हैं (यत्र वाचो निवर्तको) ऐसे पार्वती के पति जो कि सबके गुरु हैं और बरगद के पेड़ के नीचे रहने वाले हैं, उनका मैं अपनी इच्छित वस्तु की प्राप्ति के लिये ध्यान करता हूँ । १९।

सोऽहमिति यावदास्थितिः सा निष्ठा भवतिः ॥२०

तदभेदेन मन्त्राभ्रेडनं ज्ञानसाधनम् ॥२१

चित्ते तदेकतानता परिकरः ॥२२

अङ्गचेष्टार्पणं वलिः ॥२३

त्रीणि धामानि कालः ॥२४

द्वादशान्तपदं स्थानमिति ॥२५

शरीर के नष्ट होने तक 'सोझें' में वही परब्रह्म है, यही ब्रह्म-निष्ठा है । २०। उस परब्रह्म से अभिन्न मानकर पूर्ण कहे गये मनुष्यों का बार-बार निरन्तर उच्चारण ही ज्ञान का साधन है । २१। चित्त से उस परमतत्व में एकता लगाकर ध्यान करना ही परिकर 'उपकरण' सामग्री है । २२। अंगों की चेष्टाओं का अर्पण ही बलि है अर्थात् हाथ पाँव आदि चलाना ( भगवत्कार्य में ) ही उसकी पूजा है । २३। स्वअविद्यापद, स्थूल तथा सूक्ष्म बीजरूप तीन घाम ही काल है । २४। द्वादशांत पद अर्थात् हृदय किंवा सहस्रार (सहस्रदलकमल) ही परमात्मा की प्राप्ति का स्थान होने के कारण स्थान है । २५।

ते ह पुनः श्रद्धानास्तं प्रत्यूचुः—कथं वाऽस्तोदयः । किं स्वरूपम् । को वाऽस्योपासक इति ॥ २६ ॥

स होवाच—

धैराग्यतैलसंपूर्णे भक्तिवर्तिसमन्विते ।  
प्रबोधपूर्णपात्रे तु ज्ञप्तिदीपं विलोकयेत् ॥२७॥  
मोहान्धकारे निः सारे उदेति स्वयमेव हि ।  
धैराग्यमरणिं कृत्वा ज्ञानं कृत्वा तु चित्रगुम् ॥२८॥  
गाढतामिस्रसंशान्त्यै गुढमर्थं निवेदयेत् ।  
मोहभानुजसंक्रान्तं विवेकाख्यं मृकण्डुजम् ॥२९॥  
तत्त्वाविचारपात्रेण बद्धद्वतभयातुरम् ।  
उज्जीवयन्निजानन्दे स्वस्वरूपेण संस्थित ॥३०॥  
शेमुषी दक्षिणां प्रोक्ता सा यस्याभीक्षणे मुखसु ।  
दक्षिणाभिमुखः प्रोक्तः शिवोऽसी ब्रह्मवादिभिः ॥३१॥

सर्गादिकाले भगवान् विरञ्चिहपास्यैनं सर्गसामर्थ्यमाप्य । तुतोष चित्ते वाञ्छितायाश्चि लब्ध्वा सोऽस्योपासको भवति धाता । ३२।

य इमां परमरहस्यशिवतत्त्वविद्यामधीते स सर्वपापेभ्यो मुक्तो भवति । य एवं वेद स कैवल्यमनुभवतीत्युपनिषत् ॥ ३३ ॥

श्रद्धा से युक्त उन ऋषियों ने पुनः मार्कण्डेय से पूछा—इसका उदय कैसे होता है ? क्या इसका स्वरूप है ? और कौन इसका उपासक है ? । २६ (वह बोले) वैराग्यरूपी तेल से लवालव भरे हुये भक्ति रूपी बत्ती से युक्त प्रबोध के ( ज्ञान के ) पूर्व मात्र में ( वर्तन में ) ज्ञप्ति रूपी (अपने अन्दर तथा चराचर में व्याप्त ईश्वर को अपनी आत्मा मानना ) दीप का दर्शन होता है । २७ । अर्थात् वैराग्य भक्ति तथा ज्ञान से ही ईश्वर दर्शन होता है ) सारहीन अपनी अज्ञता से कलित महात् अज्ञान रूपी अंधकार में वह दीप स्वयं ही उदित होता है । वैराग्य को अरणी बनाकर तथा अपने ज्ञान को ही मयने का डण्डा बनाकर गहन अज्ञान रूपी घने अन्धकार की समाप्ति के लिये गुप्त अर्थ को (परम तत्त्व को) जानना चाहिये । (अर्थात् निरन्तर वैराग्य तथा ज्ञान के परिशीलन से ही उस परम तत्त्व का दर्शन सम्भव है ) तथा परमतत्त्व को विचार न करना रूपी को पाश उससे बंधे हुए, द्वैतवाद के भय से व्याकुल एवं मोहरूपी शानि या मृत्यु के मुख में मड़े हुये विवेकरूपी मृकंड के पुत्र (मार्कण्डेय) को ( अपने अज्ञान से ) पुनः उज्जीवित करते हुए आत्माराम रूपी परमानन्द में अपने स्वरूप से स्थित हो जाता है । २८—२९—३० । तथा तत्त्वज्ञानरूपिणी ब्रह्म प्रकाशिक बुद्धि ही जिसमें दक्षिणा है और वही जिस परमतत्त्व के अभीक्षण में अर्थात् साक्षात्कार में मुक्त अर्थात् द्वार है वह ब्रह्मवादियों द्वारा दक्षिणामुख नामक शिव

कहे गये हैं । ३१ । सृष्टि ( संसार ) की रचना के प्रारम्भ में भगवान् ब्रह्मा, इनकी उपासना करके सृष्टि निर्माण की शक्ति को पाकर तथा अपने मनोरथ का लाभ करके हृदय में प्रसन्न हुये अतः वही इनके उपासक हैं । ३२ । जो इस अत्यन्त गुप्त शिवतत्त्व विद्या को पढ़ता है वह सभी पापों से मुक्त होता है, और जो इसको भली भाँति जानता है, इसका मनन करता है गुह कवलयपद का ( मोक्ष का ) अनुभव करता है । ३३ ।

॥ दक्षिणामूर्त्युपनिषत् समाप्त ॥

— — —



## शरभोपनिषत्

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवा भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ।  
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टु वांसतनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः । स्वस्ति न  
इन्द्रो वृद्धश्रवाः स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः । स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो  
अरिष्टनेमिः । स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु । ॐ शान्तिः  
शान्तिः शान्तिः ॥

हे पूज्य देवो ! हम कानों से कल्याण सुनें, आँखों से कल्याण  
को देखें । सुहृद् अङ्गों तथा देह के द्वारा तुम्हारी स्तुति करते रहें  
और देवताओं ने हमारे लिए जो आयुष्य नियत कर दिया है, उसे भीयें ।  
महान कीर्ति वाला इन्द्र हमारा कल्याण करे, सब को जानने वाले  
पूषा देव हमारा कल्याण करें, जिसकी गति रोकनी न जा सके ऐसे  
गुरुदेव हमारा कल्याण करें और बृहस्पति हमारा कल्याण करें ।  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

अथ हैनं पैप्पलादो ब्रह्माणमुवाच भो भगवन्ब्रह्मविष्णु-  
रुद्राणां मध्ये को वा अधिकतरो ज्येयः स्यात्तत्त्वमेव नो ब्रूहीति ।  
तस्मै स होवाच पितामहश्च हे पैप्पलाद शृणु वाक्यमेतत् । बहूनि  
पुण्यानि कृतानि येन तेनैव लभ्यः परमेश्वरोऽसौ । यस्याङ्गजोऽहं  
हरिरिन्द्रमुख्याः मोहान्न जानन्ति सुरेन्द्रमुख्याः ॥१॥ प्रभुं वरेण्यं  
पितरं महेशं यो ब्रह्माणं विदधाति तस्मै । वेदांश्च सर्वान्प्रहिणोति  
चाग्र्यं तं वै प्रभुं पितरं देवतनाम् ॥२॥ ममापि विष्णोर्जनकं  
देवमीड्यं योऽन्तकाले सर्वलोकान्संजहार ॥३॥ स एकः  
श्वेष्टश्च सर्वशास्ता स एव वरिष्ठश्च । यो घोरं वेषमास्थाय  
शरभाख्यं महेश्वरः । नृसिंह लोकहन्तारं संजघान महा-

बलः ॥ ४ ॥ हरि हरन्तं पादाभ्यामनुयान्ति सुरेश्वराः । माधवोः  
पुरुषं विष्णुं विक्रमस्व महानसि ॥ ५ ॥ कृपया भगवान्विष्णु  
विददार नखैः खरैः । चर्माम्बरो महावीरो वीरभद्रो वभूव ह  
॥ ६ ॥

एक समय पैप्पलाव ऋषि ने ब्रह्माजी से कहा—‘हे भगवन् !  
ब्रह्मा, विष्णु, रुद्र इन तीनों में से अधिकतर ध्यान के योग्य कौन है, यह  
आप ही बतलाइये ? ॥ १ ॥ पितामह ब्रह्मा ने कहा—‘हे पैप्पलाव ! मेरे  
कथन को सुनो कि जिस परमेश्वर के अङ्ग से मैं उत्पन्न हुआ हूँ वह  
किसी बहुत पुण्यशाली को ही प्राप्त होता है, मुख्य विष्णु, इन्द्र और  
सुरेन्द्र भी मोहवश उसे नहीं जान पाते ॥१॥ वह सबका प्रभु है, श्रेष्ठ है,  
पिता है, परमेश्वर है, वही ब्रह्मा को धारण करता है, वही वेदों का  
पहले निर्णय करता है वही सबका प्रभु और देवताओं का पिता है ॥२॥  
वह मेरा और विष्णु का भी पिता है, उसको नमस्कार है, वही अन्तकाल  
में समस्त विश्व का संहार करता है ॥ ३ ॥ वही एक मात्र सबसे श्रेष्ठ,  
सबका नियामक और वरिष्ठ है, उसी महाबलशाली ने शरभ का घोर  
रूप धारण करके तृप्तिह को मार दिया ॥ ४ ॥ जब रुद्र विष्णु को पैर  
पकड़कर ले जा रहे थे तब सब देवताओं ने उनके पीछे-पीछे जाकर उनकी  
प्रार्थना की “दया करके पुरुषोत्तम विष्णु का बध मत कीजिये आप  
महान् हैं, आपकी जय हो ।” तब रुद्र ने तीक्ष्ण नखों से विष्णु को  
विदीर्ण किया और वे चर्माम्बर वाले रुद्र महावीर और वीरभद्र के नाम  
से कहे जाने लगे ॥ ५—६ ॥

स एको रुद्रो ध्येयः सर्वेषां सर्वसिद्धये । यो ब्रह्माणः पञ्चम-  
वक्त्रहन्ता तस्मै रुद्राय नमो अस्तु ॥ ७ ॥ यो विस्फुलिङ्गेन  
ललाटजेन सर्वं जगद्भस्मसात्सं करोति । पुनश्च सृष्ट्वा पुनरप्य-  
रक्षदेवं स्वतन्त्रं प्रकटीकरोति ॥ तस्मै रुद्राय नमो अस्तु ॥ ८ ॥  
यो वामपादेन जघान कालं घोरं पपेऽथो हालहलं दहन्तम् ।

तस्मै रुद्राय नमो अस्तु ॥ ९ ॥ यो वामपादाचितविष्णुनेत्रस्तस्मै  
ददौ चक्रमतीव हृष्टः । तस्मै रुद्राय नमो अस्तु ॥ १० ॥

ऐसा एक भद्र ही सब सिद्धियों का दाता और सबका पूजनीय  
है । जिसने ब्रह्मा का पाँचवाँ मुख नष्ट कर दिया उसको नमस्कार ॥ ७ ॥  
जो अपने मस्तक के अग्नि द्वारा समस्त जगत् को भस्म कर देता है और  
फिर से उत्पन्न करके उसका पालन भी करता है, उस रुद्र को नमस्कार  
है ॥ ८ ॥ जिसने काल को अपने दाँये पैर से मार दिया और जलते  
हुये हलाहल विष को पी लिया, उस रुद्र को नमस्कार है ॥ ९ ॥ विष्णु  
ने जिसके दाँये पैर पर अपनी आँख निकाल कर चढ़ाई और इससे संतुष्ट  
होकर जिसने चक्र दे दिया, उस रुद्र को नमस्कार है ॥ १० ॥

यो द्रक्ष्यज्ञः सुरसङ्घान्विजित्य विष्णुं वबन्धोरगपाशेन  
वीरः । तस्मै रुद्राय नमो अस्तु ॥ ११ ॥ यो लीलयैव त्रिपुरं  
ददाह विष्णुं कवि सोमसूर्याग्निनेत्रः । सर्वे देवाः पशुतामवापुः  
स्वयं तस्मात्पशुपतिर्वभूव । तस्मै रुद्राय नमो अस्तु ॥ १२ ॥  
यो मत्स्यकूर्मादिवराहसिहान्विष्णुं अवतार क्रमन्तं वामनमादि-  
विष्णुम् । विविक्लवं पीड्यमानं सुरेशं भस्मीचकार मन्मथं यमं  
च । तस्मै रुद्राय नमो अस्तु ॥ १३ ॥ एवंप्रकारेण बहुधा प्रतुष्ट्वा  
क्षमापयानासुर्नीलकण्ठं महेश्वरम् । तापक्षयसमुद्भूतजन्ममृत्यु-  
जरादिभिः । नानाविधानि दुःखानि जहार परमेश्वरः ॥ १४ ॥  
एवं मन्त्रैः प्रार्थ्यमान आत्मा वै सर्वदेहिनाम् । शङ्करो भगवा-  
नाद्यो ररक्ष सकलाः प्रजाः ॥ १५ ॥

दक्ष के यज्ञ में सब देवताओं को पराजित कर जिसने विष्णु को  
भी नागपाश में बाँध लिया उस महावीर रुद्र को नमस्कार है ॥ ११ ॥  
जिसने लीलामात्र से त्रिपुर को दग्ध कर दिया, जिसके सूर्य, चन्द्र और  
अग्नि तीन नेत्र हैं, सब देवता जिसके सम्मुख पशुता ( अधीनता ) को  
प्राप्त हो गये और इससे जो पशुपति कहलाया, उस रुद्र को नमस्कार

है ॥ १२ ॥ जो मत्स्य, कूर्म, वाराह, नृसिंह, वामन आदि विष्णु के अवतारों को भी श्रमिक करता है, जिसने कामदेव और यम को भस्म कर दिया, उस रुद्र को नमस्कार है ॥ १३ ॥ देवों ने इस प्रकार विविध भाँति से स्तुति करके नीलकण्ठ महेश्वर से क्षमा प्रार्थना की, तब उस परमेश्वर ने तीनों प्रकार के तापों और जन्म, मृत्यु, जरा आदि तथा अन्य तरह-तरह के दुःखों का नाश किया ॥ १४ ॥ इस प्रकार विविध प्रकार के मन्त्रों से प्रार्थना किये जाने पर उस आदि भगवान् शंकर ने आत्मरूप से सब प्रजा की रक्षा की ॥ १५ ॥

यत्पादाम्भोहहृद्वन्द्वं मृग्यते विष्णुना सह । स्तुत्वा स्तुत्यं महेशानमवाङ्मनसगोचरम् ॥ १६ ॥ भक्त्या नम्रनतोविष्णोः प्रसादमकरोद्विभुः । यतो वाचो निवर्तन्ते अप्राप्य मनसा सह । आनन्दं ब्रह्माणो विद्वान्न विभेति कदाचनेति ॥ १७ ॥ अणोरणी-यान्महतो महीयानात्मास्य जन्तोर्निहितो गुहायाम् । तमक्रतुं पश्यति वीतशोको धातुः प्रसादान्महिमानमीशम् ॥ १८ ॥ वसिष्ठ-चैयासकिवामदेवविरिञ्चिमुख्यैर्हृदि भाव्यमानः । सनत्सुजाता दिसनातनाद्यं रीढ्यो महेशो भगवानादिदेवः ॥ १९ ॥ सत्यो नित्यः सर्वसाक्षी महेशो नित्यानन्दो निर्विकल्पो निराख्यः । अचिन्त्य-शक्तिर्भगवान्गिरीशः स्वाविद्यया कल्पितमानभूमिः ॥ २० ॥

बाणी और मन से भी जो अगोचर हैं और सब प्रकार की स्तुतियों के योग्य हैं, विष्णु जिनके चरण कमलों को प्राप्त करने की अभिलाषा रखते हैं ऐसे भगवान् महेश्वर भक्तिपूर्वक नमस्कार करने वाले विष्णु पर प्रसन्न हुये । जिसको प्राप्त न करके बाणी मन के साथ लोट जाती है, उस ब्रह्मानन्द का ज्ञाता कभी भी भय को प्राप्त नहीं होता ॥ १६—१७ ॥ यह आत्मा छोटे से भी छोटा और बड़े से भी बड़ा है और सब प्राणियों के भीतर हृदय रूपी गुफा में निवास करता है । उस

हृष्टारूप महान ईश्वर को शोक से रहित व्यक्ति भगवान् के प्रसाद से ही देखता है ॥ १८ ॥ वसिष्ठ, शुकदेव और वामदेव जैसे ऋषि तथा ब्रह्मादि सब देवता भी जिसका सदैव ध्यान करते हैं और सनत, सनातन आदि जिनकी स्तुति करते रहते हैं, ऐसे आदि भगवान् महेश्वर देव हैं ॥ १९ ॥ वे महेश्वर, सत्य, नित्य, सर्वसाक्षी, नित्यआनन्द रूप, निर्विकल्प और कथन न कर सकने योग्य हैं । उनकी शक्ति की कोई कल्पना भी नहीं कर सकता, अज्ञानता से ही हम उनके स्थान आदि की कल्पना करते रहते हैं ॥ २० ॥

अतिमोहकरी माया मम विष्णोश्च सुव्रत । तस्य पादा-  
म्बुजध्यानाद्दुस्तरा सुनरा भवेत् ॥ २१ ॥ विष्णुर्विश्वजगद्योनिः  
स्वांशभूतैः स्वकैः सह । ममांशसंभयो भूत्वा पालयत्यखिलं जगत्  
॥ २२ ॥ विनाशं कालतो याति ततोऽन्यत्सकलं मृषा । ॐ तस्मै  
महाप्रासाय महादेवाय नमः । महेश्वराय मृडाय तस्मै रुद्राय  
नमो अस्तु ॥ २३ ॥ एको विष्णुर्महद्भूतं पृथग्भूतान्यनेकशः ।  
त्रैलोक्यान्व्याप्य भूतात्मा भुङ्क्ते विश्वभुगव्ययः ॥ २४ ॥ चतु-  
र्भिश्च चतुर्भिश्च द्वाभ्यां पञ्चभिरेव च । हूयते च पुनर्द्वाभ्यां स  
मे विष्णुः प्रसीदत ॥ २५ ॥

हे सुव्रत ! मेरे (ब्रह्मा) और विष्णु के लिये भी इसकी माया अत्यन्त मोहग्रस्त करने वाली है । यद्यपि उसे पार कर सकना अत्यन्त कठिन है तो भी उनके चरण कमलों का ध्यान करने से उसे सुगमता पूर्वक पार किया जा सकता है ॥ २१ ॥ समस्त सृष्टि के उत्पन्न करने वाले विष्णु हैं, वे अपने अंश रूप जीवों के साथ मेरे ही अंश से होते हैं और विश्व का पालन करते हैं ॥ २२ ॥ कालक्रम से सब कुछ नष्ट हो जाता है और इसलिए यह मिथ्या है । इससे सबका महाप्रास करने वाले उस भूलघारी, महादेव, महेश्वर और कृपा करने वाले रुद्र को नमस्कार है ॥ २३ ॥ सब प्रकार की सृष्टि में विष्णु सबसे भिन्न और महान् हैं ।

ये, यदि सब भूतों में व्याप्त होकर सब प्रकार के भोगों को भोगते हैं फिर भी अव्यय रहते हैं ॥ २४ ॥ जिन विष्णु भगवान को चार, चार दो और पाँच आहुतियाँ दी जाती हैं, वे विष्णु मुख पर प्रसन्न हों ॥ २५ ॥

ब्रह्मार्पणं ब्रह्म हविर्ब्रह्माग्नौ हुतम् । ब्रह्मैव तेन गन्तव्यं ब्रह्मकर्मसमाधिना ॥ २६ ॥ शरा जीवास्तदङ्गेषु भाति नित्यं हरिः स्वयम् । ब्रह्मैव शरभः साक्षान्मोक्षदोऽयं महामुने ॥ २७ ॥ मायावशादेव देवा मोहिता ममत्तादिभिः । तस्य माहात्म्यलेशांश वक्तुं केनाप्यशक्यते ॥ २८ ॥ परात्परतरं ब्रह्म यत्परात्परो हरिः । परात्परतरो ह्येषस्तस्मात्तुल्योऽधिको न हि ॥ २९ ॥ एक एव शिवो नित्यस्ततोऽन्यत्सकलं मूषा । तस्मात्सर्वान्परित्यज्य ध्येयान्विष्ण्वादिकान्सुरान् ॥ ३० ॥ शिव एव सदा ध्येयः सर्व-संसारमोचकः । तस्मै महाग्रासाय महेश्वराय नमः ॥ ३१ ॥

अर्पण हवि ब्रह्म है, उसे ब्रह्म रूप कर्ता द्वारा ब्रह्मरूप अग्नि में हुवन किया जाता है, यह भी ब्रह्म ही है । इसलिए समाधिस्थ योगी के लिए ब्रह्म ही प्राप्त करने योग्य है ॥ २६ ॥ जीव ही 'शर' है जिसके अङ्ग में स्वयं भगवान नित्य प्रकाशित होते हैं । इस प्रकार ब्रह्म ही 'शरभ' है, जो साक्षात् मोक्ष के प्रदान करने वाले हैं ॥ २७ ॥ जिसकी माया से देवगण भी मोहित रहते हैं, उसकी महिमा एक अल्प अंश भी कोई नहीं कह सकता ॥ २८ ॥ पर से परब्रह्म है, उससे पर विष्णु है, उससे भी पर से पर ईश हैं । उनसे बड़ा या उनके बराबर कोई भी नहीं है ॥ २९ ॥ एक मात्र शिव ही नित्य है और अन्य सब मिथ्या है इसलिये विष्णु आदि समस्त देवों का त्याग कर संसार-बन्धन से छुड़ाने वाले एक मात्र उनका ही ध्यान करना चाहिए । सबका संहार करने वाले उस महेश को नमस्कार है ॥ ३०—३१ ॥

पैप्पलादं महाशास्त्रं न देयं यस्य कस्यचित् । नास्तिकाय

कृतध्नाय दुर्वृत्ताय दुरात्मने ॥ ३२ ॥ दाम्भिकाय नृशंसाय  
 शठायानृतभाषिणे । सुव्रताय सुभक्ताय सुवृत्ताय सुशीलिने ॥ ३३ ॥  
 गुरुभक्ताय दान्ताय शान्ताय ऋजुचेतसे । शिवभक्ताय दातव्यं  
 ब्रह्मकर्मोक्तधीमते ॥ ३४ ॥ स्वभक्ताय दातव्यमकृतध्नाय  
 सुव्रत । न दातव्यं सदा गोप्यं यत्नेनैव द्विजोत्तम ॥ ३५ ॥  
 एतत्पैप्पलादं महाशास्त्रं योऽधीते श्रावयेद्द्विजः स जन्ममरणोभ्यो  
 मुक्तो भवति । यो जानीते सोऽमृतत्वं च गच्छति । गर्भवासाद्वि-  
 मुक्तो भवति । सुरापानात्पूतो भवति । स्वर्णस्तेयात्पूतो भवति ।  
 ब्रह्महत्यात्पूतो भवति । गुरुस्त्वल्पगमनात्पूतो भवति । स सर्वान्वि-  
 दानधीतो भवति । स सर्वान्विदेवाख्यातो भवति । स समस्तमहा-  
 पातकोपपातकात्पूतो भवति । तस्मादविमुक्तमाश्रितो भवति । स  
 सततं शिवप्रियो भवति । स शिव सायुज्यमेति । न स पुनरा-  
 वर्तते न स पुनरावर्तते । इत्याह भगवान् ब्रह्मोत्पुनपिपत् ।

इस पैप्पलाद ऋषि को प्राप्त हुये महाशास्त्र को चाहें जिस किसी  
 को न देना चाहिये । नास्तिक, कृतघ्न, दुर्वृत्त, दुरात्मा, दाम्भिक, नृशं-  
 ष, छद्म, जलत्यनापी को इसे कदापि न दे । जो सुव्रतधारी, सन्वभक्त,  
 शुद्धवृत्तिवाला, सुशील, गुरुभक्त, शम दम वाला, बर्ष बुद्धिवाला, शिव-  
 भक्त ब्रह्म कर्म में वित्त लगाने वाला हो और अपने में भक्ति रखता हो  
 कृतघ्न न हो उसी को इसे देना चाहिए । यदि ऐसा न मिले तो किसी को  
 न देकर इसकी रक्षा करनी चाहिए ॥ ३२—३५ ॥ पैप्पलाद के इस महा-  
 शास्त्र को जो स्वयं पढ़ता है तथा अन्य ब्राह्मणों को सुनाता है, वह जन्म-  
 मरण से मुक्त हो जाता है । जो इसे जानता है वह अनृतत्व को प्राप्त  
 होता है, गर्भवास से छुटकारा पा जाता है । सुरापान, स्वर्ण की चोरी  
 ब्रह्महत्या गुरुस्त्री गमन जैसे महा पापों से भी वह छूट जाता है । वह  
 सब वेदों का अध्ययन करने वाला हो जाता है । उसे सब देवों के ध्यान

करने का फल मिल जाता है । वह समस्त महापातक और उपपातकों से छुटकारा पाकर पवित्र हो जाता है । इस प्रकार मुक्त होकर शिवजी का प्रिय होता है और शिव सायुज्य को प्राप्त करता है । उसका पुनरागमन नहीं होता—उसका पुनरागमन नहीं होता वह ब्रह्मा हो जाता है । इस प्रकार ब्रह्माजी ने कहा, ऐसा यह उपनिषद् है ॥ ३६ ॥

॥ शरभोपनिषद् समाप्त ॥

—



## सूद्रोपनिषत्

विश्वमयो ब्राह्मणः शिवं व्रजति । ब्राह्मणः पञ्चाक्षरमनु-  
भवति । ब्राह्मणः शिवपूजारताः । शिवभक्तिविहीनश्चेत् स  
चाण्डालं उपचाण्डालः । चतुर्वेदज्ञोऽपि शिवभक्त्यान्तर्भवतीति स  
एव ब्राह्मणः । अयमश्चाण्डालोऽपि शिवभक्तोऽपि ब्राह्मण-  
च्छ्रेष्ठतरः । ब्राह्मणस्त्रिपुण्ड्रवृतः । अत एव ब्राह्मणः ।  
शिवभक्तेरेव ब्राह्मणः । शिवलिङ्गार्चनयुतश्चाण्डालोऽपि स एव  
ब्राह्मणाधिको वर्तते । अग्निहोत्रभसिताच्छिवभवतचाण्डालहस्त-  
विभूतिः शुद्धा । कपिशा वा श्वेतजापि धूम्रवर्णा वा । विरक्ता-  
नां तपस्विनां शुद्धा । गृहस्थानां निर्मलविभूतिः । तपस्विभिः  
सर्वभस्म धार्यम् । यद्वा शिवभक्तिसंपुष्टं सदापि तद्भसितं  
देवताधार्यम् ।

विश्वमय ब्राह्मण शिव के पास जाता है । वह पञ्चाक्षर का  
अनुभव करता है ( नमः शिवाय का ) ब्राह्मण वही है जो शिव की पूजा  
में लगा रहे । यदि वह शिव भक्ति से रहित होगा तो वह चाण्डाल अथवा  
उपचाण्डाल समझा जायेगा । चारों वेदों का ज्ञाता शिवभक्ति से अन्त-  
र्मुखी प्रवृत्ति वाला हो जाता है तथा वही प्रस्तुतः ब्राह्मण है । नीच  
चाण्डाल भी शिवभक्ति से युक्त होने पर ब्राह्मण से भी श्रेष्ठ होता है ।  
ब्राह्मण त्रिपुण्ड्र ( तीन रेखा वाला तिलक ) धारण करने वाला होना  
चाहिये । इसी में उसका ब्राह्मणत्व है । शिव भक्ति से ही वह ब्राह्मण  
कहलायेगा । शिवलिङ्ग की पूजा करने वाला चाण्डाल भी ब्राह्मण से  
अधिक श्रेष्ठ है । यज्ञ की भस्म से भी शिवभक्त चाण्डाल के हाथ की  
भस्म ( राख ) शुद्ध होती है । ये भस्म कुछ ताम्रवर्ण, सफेद, अथवा

मटमंजी घुएँ के समान तीन तरह की होती है । विरक्त तपस्वियों के लिए शुद्ध गृहस्थियों के लिये स्वच्छ भस्म ठीक हुआ करती है । तपस्वियों को सभी भस्म करनी चाहिये अथवा शिवभक्ति से युक्त जिस भस्म में शिवभक्ति का ज्ञान—भावना कर लिया जाय उसे धारण करना चाहिए, वही देवताओं द्वारा भी धारण करने योग्य है ।

ॐ अग्निरिति भस्म । वायुरिति भस्म । स्थलमिति भस्म । जलमिति भस्म । व्योमेति भस्म । इत्याद्युपनिषत्कारणात् तत् कार्यम् । अन्यत्र “विश्वतश्चक्षुस्त विश्वतोमुखो विश्वतोहस्त उत विश्वस्पात् । सं बाहुभ्यां नमति सं पतत्रैर्द्व्यावापृथिवो जनयन् देव एकः ।” तस्मात्प्राणलिङ्गी शिवः । शिव एव प्राणलिङ्गी । जटाभस्मधारोऽपि प्राणलिङ्गी हि श्रेष्ठः । प्राणलिङ्गी शिवरूपः । शिवरूपः प्राणलिङ्गी । जङ्गमरूपः शिवः । शिव एव जङ्गमरूपः । प्राणलिङ्गिनां शुद्धसिद्धिर्न भवति । प्राणलिङ्गिनां जङ्गमपूज्यानां पूज्यतपस्विनामधिकश्चण्डालोऽपि प्राणलिङ्गी । तस्मात्प्राणलिङ्गी विशेष इत्याह । य एवं वेद स शिवः । रुद्र पव रुद्रः प्राणलिङ्गी नान्यो भवति ।

अग्नि, वायु, जल, स्थल, आकाश सभी भस्ममय हैं ऐसा समझ कर इसे धारण करना चाहिये । वह ईश्वर अन्यत्र ‘चारों तरफ आँख वाला, चारों तरफ मुँह वाला, चारों ओर हाथ वाला, चारों ओर पैर वाला’ बतलाया गया है । वह एक मात्र देव पृथ्वी आकाश को हाथों द्वारा उत्पन्न करता है । वह सभी द्वारा प्रणाम करने योग्य है । सभी ( जल, थल, आकाशचारी ) उसे प्रणाम करते हैं । अतः प्राणलिङ्गी ही शिव है । शिव ही प्राणलिङ्गी है । जटा तथा भस्म को धारण करने वाला प्राणलिङ्ग श्रेष्ठ है । प्राणलिङ्गी शिवरूप तथा शिव रूप प्राणलिङ्गी है । जङ्गम रूप शिव तथा शिव ही जङ्गमस्वरूप है । प्राण

लिङ्गियों की कुछ सिद्धि नहीं हुआ करती । प्राणलिङ्गियों में जंगम श्रेष्ठों में पूज्य, तपस्वियों में शिवभक्त चाण्डाल भी श्रेष्ठ प्राणलिङ्गी है । इसलिये प्राणलिङ्गी श्रेष्ठ कहा जाता है, जो इस सत्य को जानता है वह शिव ही है, जो रूद्र है, प्राणलिङ्गी है दूसरा कोई नहीं ।

ॐ आत्मा परिशिवद्वयो गुरुः शिवः । गुरुणा सर्वविश्व-  
मिदं विश्वमन्त्रेण धार्यम् । दैवाधीन जगदिदम् । तद्दैवं तन्म-  
न्त्रान् तनुने । तन्मे दैवं गुरुरिति । गुरुणा सर्वज्ञानिनां गुरुणा  
दद्यमेतदन्नं परब्रह्मा । ब्रह्मा स्वानुभूतिः । गुरुः शिवो देवः । गुरुः  
शिव एव लिङ्गम् । उभयोर्मिश्रप्रकात्वात् । प्राणतत्त्वात्  
महेश्वरत्वाच्च शिवस्तदैव गुरुः । यत्न गुरुस्तत्र शिवः । शिवगुरु-  
स्वरूपो महेश्वरः । भ्रमरकीटकार्येण दीक्षिताः शिवयोगिनः  
शिवपूजापथे गुरुपूजाविधौ च महेश्वरपूजनान्मुक्ताः । लिङ्गाभि-  
पेकं निर्मात्य गुरोरभिषेकतीर्थं महेश्वरपादोदकं जन्ममालिन्यं  
क्षालयन्ति । तेषां प्रीतिः शिवप्रीतिः । तेषां तृप्तिः शिवतृप्तिः ।  
तैश्च पावनो वासः । तेष निरसनं शिवनिरसनम् । आनन्द-  
परायणः । तस्माच्छिवं व्रजन्तु । गुरुं व्रजन्तु । इत्येव पावनम् ।

ये आत्मा ब्रह्मा तथा शिवमय है, गुरु है, शिवरूप है । गुरुओं को  
ये सारा विश्व विश्वमन्त्र से धारण करना चाहिये (मन्त्रों के प्रचार  
प्रसार से विश्व की स्थिति ठीक रखनी चाहिए) ये संसार दैवाधीन है ।  
वह दैव उन मन्त्रों से प्रसारित होता है । वह दैव ही मेरा गुरु है ।  
गुरुओं तथा सर्वज्ञों के गुरु द्वारा किया यह अन्न परब्रह्मा रूप है (उपदेश)  
ब्रह्म अपने ही अनुभव से जाना जा सकता है । देव शिव ही गुरु है ।  
गुरु शिव ही लिङ्ग रूप है । (निराकार ब्रह्मा के चिन्ह हैं) दोनों के  
सम्मिलित प्रकाशित होने के कारण प्राणवान तथा महेश्वर होने के  
कारण शिव ही परम गुरु हैं । जहाँ गुरु है वहाँ शिव है शिव तथा गुरु  
स्वरूप ही वह महेश्वर है । भ्रमर-कीट सिद्धान्त के द्वारा (प्रसिद्ध है कि

भृङ्गी नामक कीड़ा अन्य कीड़ों को पकड़कर जब अपने घर में बन्द कर देता है तब वह कीड़ा य के कारण निरन्तर उस भृङ्गी को ध्यान करने के कारण भृङ्गी जैसा ही बन जाता है)। ठीक इसी प्रकार निरन्तर शिव का ध्यान करने वाले शिवयोगी शिव-पूजा के मार्ग में तथा गुरु पूजा की विधि में निरन्तर एक चित्त होने के कारण महेश्वर के पूजन से मुक्त हो जाते हैं। शिव लिङ्ग का अभिषेक करने से सारे पाप नष्ट हो जाते हैं। गुरु के अभिषेक से तथा महेश्वर के चरणामृत से जन्मों के पाप धुल जाया करते हैं। इन सब में प्रेम करना ही शिव से प्रेम करना है। इसकी तृप्ति ही शिवतृप्ति है, इनके समीप रहना ही (चिन्तनादि के द्वारा भी) परम पवित्र वास है। उनका निरसन शिव निरसन ही है। इस प्रकार का ज्ञानी हमेशा आनन्दयुक्त रहा करता है। अतः शिव की शरण लेनी चाहिए। गुरु की शरण लेनी चाहिए।

॥ रुद्रोपनिषद् समाप्त ॥



## कालाग्निरुद्रोपनिषत्

ॐ सह नाववतु । सह नौ भुनक्तु । यह वीर्यं करवागहै ।  
तेजस्वि नावधीतिमस्तु । मा विद्विषावहै । ॐ शान्तिः शान्तिः  
शान्तिः ।

ब्रह्म हम दोनों (गुरु-शिष्य) की साथ ही रक्षा करो, हम दोनों  
का साथ ही पालन करो, हम दोनों साथ ही पराक्रम करें, हम दोनों  
का अध्ययन पराक्रमी हो, हम दोनों किसी का द्वेष न करें ॐ शान्तिः,  
शान्तिः, शान्तिः ।

अथ कालाग्निरुद्रोपनिषत् संवर्तकोऽग्निर्ऋषिरनुष्टुप् छन्दः  
श्रीकालाग्निरुद्रोप देवता श्रीकालाग्निरुद्रप्रीत्यर्थं जपे विनियोगः ॥१॥

अथ कालाग्निरुद्रं भगवन्तं सनत्कुमारः पप्रच्छ अघोहि  
भगवंस्त्रिपुण्ड्रविधिं सतत्त्वं किं द्रव्यं कियत् स्थानं कति प्रमाणं  
का रेखाः के मन्त्राः का शक्तिः किं दैवतं कः कर्त्ता किं फलमिति  
च ॥३॥

तं होवाच भगवान् कालाग्निरुद्रः । यद्द्रव्यं तदाग्नेयं अस्य  
सद्योजातादिपञ्चब्रह्ममन्त्रैः परिगृह्याग्निरिति भस्म वायुरिति  
भस्म खमिति भस्म जलमिति भस्म स्थलमिति भस्मैत्यनेनिनाभि-  
मन्त्र्य मानस्तोके तनय इति समुद्धृत्य मा नो महान्तमिति जलेन  
संसृज्य त्रियायुषं जमदग्नेरिति शिरोललाटवक्षः स्कन्धेषु त्रियायु-  
षैस्त्र्यम्बकैस्त्रिंशक्तिभिस्तिर्यक् तिस्रो रेखाः प्रकुर्वीत व्रतमेतच्छा-  
म्भवं सर्वेषु वेदवादिभिर्भुक् भवति तस्मात् समाचरेन्मुमु-  
क्षुर्न पुनर्भवाय ॥३॥

ॐ किसी समय सनत्कुमार ने भगवान् ने कालाग्निसूत्र से पूछा—  
 “हे भगवन् ! त्रिपुण्ड्र की विधि तत्त्व सहित मुझे समझाइये कि वह क्या है, उसका स्थान कौन-सा है, उसका प्रमाण (आकार) कितना है, कितनी रेखाएँ हैं, कौन-सा मन्त्र है, उसकी शक्ति क्या है, कौन देवता है, कौन कर्ता है और उसका फल क्या होता है ?” यह सुनकर कालाग्नि रुद्र कहने लगे—त्रिपुण्ड्र का द्रव्य अग्निहोत्र की भस्म ही है, इस भस्म जो, ‘सद्यो जातादि’ पाँच मन्त्र पढ़कर ग्रहण करना चाहिये—अर्थात् ‘अग्निरिति भस्म, वायुरिति भस्म, जलामिति भस्म, स्थलमिति भस्म’ व्योमेति भस्म’ इस मन्त्र से अभिमन्त्रित करे, ‘मान-स्तोक’ मन्त्र से अँगुली पर ले और ‘मानो महान्’ मन्त्र से जल लेकर ‘त्रियायुष’ इस मन्त्र से शिर ललाट, नख और कन्धे पर और त्रियायुष तथा अथर्वक मन्त्र से तीन रेखाएँ करना । इसका नाम क्षाम्भव व्रत कहा गया है । इस व्रत का कथन वेदवेत्ताओं ने सर्व देवताओं में किया है । जो मुमुक्षु यह इच्छा रखते हैं कि उनको पुनर्जन्म ग्रहण न करना पड़े वे इसे धारण करें ॥ १-३ ॥

अथ सनत्कुमारः प्रमाणस्य पप्रच्छ त्रिपुण्ड्राधारणस्य ॥४॥

त्रिधा रेखा आललाटादाचक्षुषोरामूर्ध्नोराध्रुवोर्मध्यतश्च ॥५॥

याऽस्य प्रथमा रेखा सा गार्हपत्यश्वाकारो रजः स्वात्मा  
 क्रिप्राशक्तिर्ऋग्वेदः प्रातः सवनं महेश्वरो देवतेति ॥६॥

याऽस्य द्वितीया रेखा सा दक्षिणाग्निरुकारः सत्त्वमन्तरात्मा  
 केच्छाशक्तिर्यजुर्वेदो माध्यदिनं सवनं सदाशिवो देवतेति ॥७॥

याऽस्य तृतीया रेखा साऽऽहवनीयो मकार स्तमः परमात्मा  
 ज्ञानशक्तिः सामवेदस्तृतीयसवनं महादेवो देवतेति ॥८॥

त्रिपुण्ड्रविधिं भस्मना करोति यो विद्वान् ब्रह्मचारी गृही  
 वानप्रस्थो यतिर्वा स महापातकोपपातकेभ्यः पूतो भवति स सर्वेषु

तीर्थेषु स्नातो भवति स सर्वान् वेदानधीतो भवति स सर्वान् देवान्  
ज्ञातो भवति स सततं सकलरुद्रमन्त्रजापी भवति स सकलभोगान्  
भुङ्क्ते देहं त्यक्त्वा शिवसायुज्यमेति न स पुनरावर्तते न स  
पुनरावर्तत इत्याह भगवान् कालाग्निरुद्रः । ८।

यस्त्वेतद्वाऽधीते सोऽप्येवमेव भवतीत्यो सत्यमित्युपनिषत् । १०।

इतना सुनकर सनत्कुमार ने प्रश्न किया कि त्रिपुण्ड की तीन  
रेखायें करने का क्या कारण है ? उत्तर मिला कि 'तीन रेखाओं में से  
प्रथम रेखा तो गार्हपत्य, अग्निरूप 'अ' कार रूप, रजोगुणरूप, भूलोक  
रूप, स्वात्मकरूप, क्रियाशक्तिरूप ऋग्वेदरूप, प्रातः सवनरूप और महेश्वर  
देव के रूप की है । दूसरी रेखा दक्षिणाग्निरूप, 'उ'कार रूप, स्वत्वरूप,  
अन्तरिक्ष रूप, अन्तरात्मारूप, इच्छाशक्तिरूप, यजुर्वेदरूप, माध्यंदिन  
सवनरूप और सदाशिव के रूप की है । तीसरी रेखा आहवनीयरूप,  
'म'काररूप, तमरूप, द्यौ लोकरूप, परमात्मारूप, ज्ञानशक्ति रूप, सामवेद  
रूप तृतीय सवनरूप और महादेवरूप की है । इस प्रकार की त्रिपुण्ड  
की विधि से जो कोई ब्रह्मचारी गृहस्थ, वनप्रस्थी अथवा संन्यासी भस्म  
को धारण करता है तो वह महापातकों और उपपातकों से छूट जाता  
है । वह सब तीर्थों में स्नान करने के समान पवित्र हो जाता है, उसको  
समस्त वेदों का अध्ययन हो जाता है । सब देवताओं का वह ज्ञाता  
हो जाता है और सब रुद्र मन्त्रों के जाप के फल को प्राप्त करने वाला  
होता है । वह सब प्रकार के भोगों को भोगकर शिवलोक को प्राप्त होता  
है । वह फिर जन्म नहीं लेता । इस प्रकार भगवान् कालाग्नि रुद्र  
ने कहा । जो इसका अध्ययन करता है वह भी उसी के समान हो  
जाता है ऐसा यह उपनिषद् है ॥४-१०॥

॥ कालाग्निरुद्रोपनिषत् समाप्त ॥

# नीलरुद्रोपनिषत्

प्रथमः खण्डः

अपश्य त्वावरोहन्तं दिदितः पृथिवीमवः ।  
अपश्यं युद्धमस्यन्तं नीलग्रीवं शिखण्डिनम् ॥  
दिव उग्रोऽवारुक्षत् प्रत्यस्थाद्भ्रम्यामधि ।  
जनासः पश्यतेमं नीलग्रीवं विलोहितम् ॥  
एष एत्यवीरहा रुद्रो जलासभेषजीः ।  
वित्तोऽक्षेममनीनशद्वातीकारोऽप्येतु ते ॥  
नमस्ते भवभामाय नमस्ते भवमन्यवे ।  
नमस्ते अस्तु बाहुभ्यामुतो त इषवे नमः ॥  
यामिषुं गिरिशन्त हस्ते विभर्ष्यस्तवे ।  
शिवां गिरित्र तां कुरु मा हिंसीः पुरुषं जगत् ॥  
शिवेन वचसा त्वा गिरिष्ठाच्छा वदामसि ।  
यथा नः सर्वमिज्जगदयक्ष्मं सुमना असत् ॥  
या त इषुः शिवतमा शिवं बभूव ते धनुः ।  
शिवा शरव्या या तव तया नो मृड जीवसे ॥  
या ते रुद्र शिवा तनूरघोराऽपापकाशिनी ।  
तया नस्तन्वा शंतमया गिरिशन्ताभिचाकशत् ॥  
असौ यस्ताम्रो अरुण उत बभ्रुविलोहितः ।  
ये चेमे रुद्रा अभितो दिक्षु श्रिताः सहस्रशाऽवैर्षाहेड इमहे ॥१

हे नीलकण्ठ ! अपने दिव्य धाम से भूमण्डल पर अवतीर्ण होते हुए हमने आप को देखा । अपने उग्र रुद्र रूप से मोरपंख के समान



आकाश को अपना मुकुट बनाये हुए आप पृथिवी पर अविभूत होकर पृथिवी में ही प्रतिष्ठित होते हुए दुष्टों का संहार करते हुए हम आपको देखते हैं ।

मनुष्यो ! इन भगवान् नीलकण्ठ का अत्यन्त रक्तवर्ण है, इनका दर्शन करो । यही भगवान् रुद्र हैं जो जल में उत्पन्न औषधियों में निहित होकर रोग रूप पापों को नष्ट करते हैं । यह प्राणियों के लिए प्राण रूप हैं । अमङ्गल को नष्ट करने के लिए और अप्राप्त कामनाओं को पूर्ण के लिए वे तुम्हारे निकट पधारें ।

हे भगवान् रुद्र ! आपके क्रोध रूप को हमारा नमस्कार ! हे भगवान् भव ! आपके क्रोधावेश रूप को नमस्कार । हे भगवान् नीलकण्ठ ! आपकी दोनों भुजाओं और उनमें ग्रहण किए हुए वाणों को भी नमस्कार । हे कैलाश निवासी शिव ! आप पर्वत पर निवास करते हुए भी सबका कल्याण करते हो । आपने अपने जिस वाण का, दुष्टों को लक्ष्य बनाने के लिए संचालन किया है, उस वाण को हमारे लिए कल्याण करने वाला कीजिए । उसके द्वारा हमारे जनों का संहार मत करना ।

हे कैलाशवासी शिव ! हम अपनी मङ्गलमयी वाणी के द्वारा आपके अत्यन्त निर्मल यश का गान करते हैं । क्योंकि ऐसा करने से यह सम्पूर्ण विश्व हमारे अनुकूल होकर दुःख से शून्य हो जायगा । आपके वाण कल्याणकारी हैं । आपका धनुष और उसकी प्रत्यञ्चा भी कल्याण के करने वाली है । हे कल्याणस्वरूप ! अपने इन आयुधों के द्वारा आप हमें जीवन देते हैं ।

हे भगवान् रुद्र ! आप पर्वत पर निवास करते हुए भी सबका मङ्गल करते हैं । आपका जो पापनाशक स्वरूप है, उसके द्वारा हमें सब ओर से प्रकाश दीजिए । आपके लाल, अत्यन्त लाल, भूरा तथा ताम्रवर्ण वाले विभिन्न स्वरूप हैं, उन सबकी स्तुति के लिए हम अभिलाषा करते हैं ॥ १ ॥

### द्वितीयः खण्डः

अपश्यं त्वावरोहन्तं नीलग्रीवं विलोहितम् ।  
 उत त्वा गोपा अदृशन्नुत त्वोदहार्यः ॥  
 उत त्वा विश्वा भूतानि तस्मै दृष्टाय ते नमः ।  
 नमो अस्तु नीलशिखण्डाय सहस्राक्षाय वाजिने ॥  
 अथो ये अस्य सत्त्वानस्तेभ्योऽहमकरं नमः ।  
 नमोऽसि त आयुधायानातताय धृष्णवे ॥  
 उभाभ्यामकरं नमो बाहुभ्यां तव धन्वने ।  
 प्रमुञ्च धन्वनस्त्वमुभयोरान्नियोज्याम् ॥  
 या इव ते हस्त इषवः परा ता भगवो वप ।  
 अवतत्य धनुस्त्व<sup>१</sup> सहस्राक्ष शतेषुधे ॥  
 निशीर्य शल्यानां मुखा शिवो नः शंभुराभर ।  
 विज्य धनुः शिखण्डिनो विशल्यो बाणबा<sup>२</sup> उत ॥  
 अनेशन्नस्येषव आभुरस्य निषङ्गशिः ।  
 परि ते धन्वनो हेतिरस्मान्वृणक्तु विश्वतः ॥  
 अथो य इषुधिस्तवारे अस्मिन्निधेहि तम् ।  
 या ते हेतिर्मोदुष्टम् हस्ते बभूव ते धनुः ॥  
 तथा त्वं विश्वतो अस्मानयक्ष्मया परिबभूज ।  
 नमो अस्तु सर्पेभ्यो ये के च पृथिवीमनु ॥  
 ये अन्तरिक्षे ये दिवि तेभ्यः सर्पेभ्यो नमः ।  
 ये वाभिरोचने दिवि ये च सूर्यस्य रश्मिषु ॥  
 येषामप्सु सदस्कृतं तेभ्यः सर्पेभ्यो नमः ।  
 या इषवो यातुघानानां ये वा वनस्पतीनाम् ।  
 ये वाज्वटेषु शेरते तेभ्यः सर्पेभ्यो नमः ॥२

हे अधिक लाल वर्ण वाले नीलकण्ठेश्वर ! हमने आपको पृथिवी पर अवतीर्ण होते हुए देखा है । आपकी उस अवतार रूप अवस्था के देखने वाले गोप और गोपियाँ हैं । आपका स्वरूप गोपियों के लिए भी दिखाई देना कठिन है, परन्तु उसके अवतीर्ण होने पर विश्व के सभी प्राणियों ने दर्शन किये । आपके उस कृष्णस्वरूप को हमारा नमस्कार । हे मोरमुकुट धारी प्रभो ! हम आपको नमस्कार करते हैं । आप ही महात् शक्ति वाले इन्द्र हैं । अपने भक्तों के समक्ष आप सहस्राक्ष विराट् रूप में भी दर्शन देते हैं । आपके इस रूप के जो सहचर, बाल-गोपाल गोपिकाएँ आदि हैं, वे भी हमारे नमस्कार के पात्र हैं ।

हे प्रभो ! आपके अत्यन्त शक्तिशाली उन आयुधों को भी अनेकानेक नमस्कार हैं, जो इस समय शान्त रूप में स्थित हैं । मैं आपको धनुष को करबद्ध प्रणाम करता हूँ । अब आप अपने धनुष की प्रत्यंचा को शत्रु के लिए भी प्रयुक्त मत कीजिये । आप अपने बाण को हाथ से उतार कर तूणीरस्थ करके अपने परम कल्याणमय एवं सौम्य शिव रूप का भुक्ते दर्शन करावें ।

हे सहस्राक्ष ! आप सौ-सौ बाणों का एक साथ संधान करने वाले हैं । आप अपने बाणों के मुखों को तीक्ष्ण कर हमारे कल्याणार्थ उन्हें धनुष पर चढ़ावें । शत्रु-नाश के पश्चात् आपके धनुष से प्रत्यंचार उतर जाय और आपके बाण संताप देना त्याग कर शान्तिपूर्वक तूणीर में निवास करें । वे पर्वतों को चूर्ण कर देने वाले बाण कल्याणकारी हो जाय । आपका शर-संधान हमारी चारों ओर से रक्षा करें । रक्षा करने के पश्चात् उस बाण को आप तूणीर में स्थित कर दें । हे कृपा-वर्षक प्रभो ! आप अपने अमोघ बाण और धनुष के द्वारा चारों ओर से हमारे रक्षक हों ।

जो सर्प पृथिवी पर वास करते हैं, उन्हें हमारा नमस्कार । आकाश और स्वर्ग में रहने वाले सर्पों को भी नमस्कार सूर्य की रश्मियों, प्रकाश-

मय लीकों और जलों में निवास करने वाले सब सर्पों को नमस्कार । जो सर्प राक्षसों के बाण रूप हैं, गह्वरों में रहते हैं तथा वनस्पतियों में निवास करते हैं, उन सर्पों को नमस्कार ॥ २ ॥

### तृतीयः खण्डः

यः स्वजनान्नीलग्रीवो वः स्वजनान्ह्रिः ।  
कल्माषपुच्छमोषघ्ने जम्भयोताश्वरुधति ॥  
वभ्रुश्च वभ्रुकर्णश्च नीलग्रीवश्च यः शिवः ।  
शर्वेण नीलकण्ठेन भवेन मरुतां पिता ॥  
विरूपाक्षेण वभ्रुणा वार्चं वदिष्यतो हतः ।  
शर्व नीलशिखण्ड वीर कर्मणि कर्मणि ॥

इमामस्य प्राशं जहि येनेदं विभजामहे । नमो भवाय ।  
नमश्शर्वाय । नमः कुमाराय शत्रवे । नमः सभाप्रपादिने ।  
यस्याश्वतरो द्विसरो गर्दभावभितस्सरो । तस्मै नीलशिखण्डाय  
नमः । नीलशिखण्डाय नमः ॥ ३ ॥

हे औपधियो ! जो भगवान् शिव विष्व के कल्याण के लिए विष-  
पान कर नीलकण्ठ हो जाते हैं, तथा जो अपने भवतों का मञ्जुष करने के  
लिए हरि रूप धारण करते हैं, उन कली पूछ वाले केदारेश्वर प्रभु के  
लिए अमोघ शक्ति वाली होकर उन्हें सन्तुष्ट करो ।

भगवान् शिव पिंगलवर्ण देह और कानों वाले हैं, वही नीलकण्ठ  
वाले सर्व स्वरूप और सर्व व्यापक हैं । उन्हीं विरूपाक्ष भव के द्वारा  
वाणी के जनक और देवताओं का ही नहीं सम्पूर्ण प्राणियों के पिता  
ब्रह्माजी का संहार हुआ । प्रत्येक कर्म में उन्हें ही व्यापक रूप से देखो  
और उनके सम्बन्ध में शङ्का का परित्याग करो । इस विश्व को जिस  
शङ्का द्वारा हम उनसे पृथक् मान लेते हैं, वह शंका सर्वथा त्याज्य है ।

संसार के कारण भव को नमस्कार, संहार करने वाले रुद्र को नमस्कार, संसार के संहारक भगवान् शंकर को नमस्कार, नीलमुकुट धारी और काले सींग वाले केदारेश्वर को नमस्कार । दक्ष के यहां मण्डप को सुशोभित करने वाले कुमार रूप शिव को नमस्कार ।

जिन नीलशिखण्डधारी से अश्व, खच्चर, गर्दभ आदि-आदि की उत्पत्ति हुई, उनको नमस्कार । सना मण्डप को सुशोभित करने वाले शिव रूप ईश्वर को बारम्बार नमस्कार ॥ ३ ॥

॥ नीलरुद्रोपनिषद् समाप्त ॥

## रुद्रहृदयोपनिषत्

ॐ सह नावतु । सह नौ भुनक्तु । सह वीर्यं करवावहे ।  
तेजस्वि नावधीतमस्तु । मा विद्विषावहे । ॐ शान्तिः शान्तिः  
शान्तिः ।

ब्रह्म हम दोनों (गुरु-शिष्य) की साथ ही रक्षा करो, हम दोनों  
का साथ ही पालन करो, हम दोनों साथ ही पराक्रम करें, हम दोनों  
का अध्ययन पराक्रमी हो, हम दोनों किसी का द्वेष न करें । ॐ शान्ति,  
शान्ति, शान्ति ।

हरि ॐ हृदयं कुण्डली भस्म रुद्राक्ष गण दर्शनम् ।  
तारसारं महावाक्यं पञ्च ब्रह्माग्निहोत्रकम् ॥  
प्रणम्य शिरसा पादौ शुको व्यासमुवाच ह ।  
को देवः सर्वदेवेषु कस्मिन् देवाश्च सर्वशः ॥१॥  
कस्य शुश्रूषणान्नित्यं प्रीता देवा भवन्ति मे ।  
तस्य तद्वचनं श्रुत्वा प्रत्युवाच पिता शुक् ॥२॥  
सर्वदेवात्मको रुद्रः सर्वे देवाः शिवात्मकाः ।  
रुद्रस्य दक्षिणे पार्श्वे रविर्ब्रह्मा त्रयोऽग्नयः ॥३॥  
वामपार्श्वे उमादेवी विष्णुः सोमोऽपि ते त्रयः ।  
या उमा सा स्वयं विष्णुर्यो विष्णुः स हि चन्द्रमाः ॥४॥  
ये नमस्यन्ति गोविन्दं ते नमस्यन्ति शंकरम् ।  
येऽर्चयन्ति हरिं भक्त्या तेऽर्चयन्ति वृषध्वजम् ॥५॥

प्रणव के मूल तत्व को कहने वाले रुद्रहृदय, योग-कुण्डली, भस्म  
जावाल, रुद्राक्ष जाबाल और गरुडपति यह पाँच उपनिषद् हैं । इन्हें ब्रह्म-

ज्ञान से सम्बन्धित अग्निहोत्र के पञ्च महामन्त्र कहा गया है तथा यही श्रुति के पंच महावाक्य माने गए हैं ।

एक बार श्री शुकदेवजी ने अपने पिता महाजानी व्यासजी महा-  
राज के चरणों में शीघ्र झुकाकर निवेदन किया—‘प्रभो ! सब वेदों ने  
किस देव का प्रतिपादन किया है और उनसे देवताओं का वास्तविक किस देव  
में है, यह कृपा कर मेरे प्रति कहिये और यह भी बताइये किसे देवता  
की उपासना करने से सभी देवता मुझ पर प्रसन्न होंगे ?’ ऐसा प्रश्न  
सुनकर तत्त्वज्ञानी व्यासजी ने कहा—हे पुत्र ! भगवान् रुद्र में सब देवता  
निवास करते हैं । रुद्र भगवान् के दक्षिण पार्श्व में सूर्य, ब्रह्मा एवं गार्ह-  
पत्य, दक्षिणादि तीनों अग्नियों की स्थिति है । वाम पार्श्व में उमा, विष्णु  
और सोम स्थित हैं । इन तीनों में भी कोई भेद नहीं है । क्योंकि उमा  
ही विष्णु भगवान् हैं और विष्णु ही सोम हैं । जो गोविन्द को नमस्कार  
करते हैं, उनका नमस्कार भगवान् शंकर को स्वयं ही पहुँच जाता है ।  
जो भक्त भगवान् विष्णु की पूजा करते हैं वे मानों वृषभध्वज की ही  
पूजा करते हैं ॥ १—५ ॥

ये द्विपन्ति विरूपाक्षं ते द्विपन्ति जनार्दनम् ।  
ये रुद्रं नाभिजानन्ति ते न जानन्ति केशधम् ॥६॥  
रुद्रात् प्रवर्तते बीजं बीजयोनिर्जनार्दनः ।  
यो रुद्रः स स्वयं ब्रह्मा यो ब्रह्मा स ह्युताशनः ॥७॥  
ब्रह्मविष्णुमयो रुद्र अग्नीषोमात्मकं जगत् ।  
पुंलिङ्गं सर्वमीशानं स्त्रीलिङ्गं भगवत्युमा ॥८॥  
उमा रुद्रात्मिकाः सर्वाः प्रजाः स्याद्वरजङ्गमाः ।  
व्यक्तं सर्वमृभारूपमव्यक्तं तु महेश्वरम् ॥९॥  
उमाशंकरयोयोगः य योगो विष्णुरुच्यते ।  
यस्तु तस्मै नमस्कारं कुर्याद्भक्तिसमन्वितः ॥१०॥

जो भगवान् आशुतोष से द्वेष करने वाले है, वे जनार्दन प्रभु के प्रिय कभी नहीं हो सकते । जो रुद्र के ज्ञाता नहीं हैं, वे केशव के भी ज्ञाता नहीं हो सकते । क्योंकि रुद्र ही जीव के उत्पन्नकर्त्ता हैं और बीज की योनि रूप भगवान् विष्णु है । रुद्र ही ब्रह्मा है, ब्रह्मा ही अग्नि हैं । रुद्र ही ब्रह्मा और विष्णु रूप है । यह अग्नि और सोम से सम्बन्धित विश्व भी रुद्र ही है । सृष्टि में जितने प्राणी पुल्लिंग रूप से हैं, वे सभी रुद्र हैं तथा स्त्रीलिंगात्मक समस्त देहधारी हैं वे उमा हैं । इस प्रकार जङ्गम रूप यह सम्पूर्ण सृष्टि रुद्र और उमा रूप है । अर्ध्यक्त ससार रुद्र का रूप और व्यक्त ससार भगवती का उमा रूप है । उमा और शङ्कर दोनों के मिलने से विष्णु कहे जाते हैं । जो विष्णु को नमस्कार करते हैं वे त्रिविधात्मा के ज्ञाता होकर परमात्मा को प्राप्त हो जाते हैं ॥६-१०॥

आत्मानं परमात्मानमन्तरात्मानमेव च ।

ज्ञाता त्रिविधमात्मानं परमात्मानमाश्रयेत् ॥११॥

अन्तरात्मा भवेद्ब्रह्मा परमात्मा महेश्वरः ।

सर्वेषामेव भूतानां विष्णुरात्मा सनातनः ॥१२॥

अस्य त्रैलोक्यवृक्षस्य भूमौ विटपशाखिनः ।

अग्रं मध्यं तथा मूलं विष्णुब्रह्ममहेश्वराः ॥१३॥

कार्यं विष्णुः क्रिया ब्रह्मा कारणं तु महेश्वरः ।

प्रयोजनार्थं रुद्रेण भूतिरेका त्रिधा कृता ॥१४॥

धर्मो रुद्रो जगद्विष्णुः सर्वज्ञानं पितामहः ॥१५॥

श्रीरुद्र रुद्र रुद्रेति यस्तं ब्रूयाद्विचक्षणः ।

कीर्तनात् सर्वदेवस्य सर्वपापैः प्रमुच्यते ॥१६॥

सब प्राणियों के आत्मा विष्णु हैं, अन्तरात्मा ब्रह्मा और परमात्मा रुद्र हैं । इस लोकत्रय रूप वृक्ष की शाखायें पृथ्वी पर फैली हुई हैं, इसके अग्र भाग विष्णु, क्रिया रूप ब्रह्मा और मूल भाग रुद्र हैं ।



कार्य रूप विष्णु, क्रिया रूप ब्रह्मा और कारण रूप रुद्र हैं। इस प्रकार भगवान् रुद्र ने ही प्रयोजन के अनुसार अपने तीन रूप धारण किए हैं। संतार विष्णुरूप, ज्ञान ब्रह्मारूप और धर्म रुद्ररूप है। जो ज्ञानी पुरुष रुद्र के नाम का जप करता है, वह इससे सभी देवताओं के नाम-जप का फल पाकर सब पापों से छूट जाता है ॥११-१६॥

रुद्रो नर उमा नारी तस्मै तस्यै नमो नमः ॥१७

रुद्रो ब्रह्मा उपा वाणी तस्मै नमो नमः ।

रुद्रो विष्णुरुमा लक्ष्मीस्तस्मै तस्यै नमो नमः ॥१८

रुद्रः सूर्य उमा छाया तस्मै तस्यै नमो नमः ।

रुद्रः सोम उमा तारा तस्मै तस्यै नमो नमः ॥१९

रुद्रो दिवा उमा रात्रि तस्मै तस्यै नमो नमः ।

रुद्रो यज्ञ उमा वेदिस्तस्यै तस्मै नमो नमः ॥२०

रुद्रो वह्निरुमा स्वाहा तस्मै तस्यै नमो नमः ।

रुद्रो वेद उमा शास्त्रं तस्यै नमो नमः ॥२१

रुद्रो वृक्ष उमा बल्ली तस्मै तस्यै नमो नमः ।

रुद्रो गन्ध उमा पुष्पं तस्मै तस्यै नमो नमः ॥२२

रुद्रोऽयं अक्षरः सोमा तस्मै तस्यै नमो नमः ।

रुद्रो लिङ्गमुमा पीठं तस्मै तस्यै नमो नमः ॥२३

सर्वदेवात्मकं रुद्रं नमस्कुर्व्यात् पृथक्पृथक् ।

एभिर्मन्त्रपदैरेव नमस्यामोशपार्वती ॥२४

यत्र यत्र भवेत् सार्धमिमं मन्त्रमुदीरयेत् ।

ब्रह्महा जलमध्ये तु सर्वपापैः प्रमुच्यते ॥२५

रुद्र रूप पुरुष और उमा रूप स्त्री, इस प्रकार के रूप द्वय में भगवान् शङ्कर और भगवती उमा को नमस्कार है। बुद्ध ब्रह्मा स्वरूप

और उमा वाणी स्वरूप हैं । इन दोनों रूप में उमा महेश्वर को नमस्कार है । रुद्र रूप विष्णु और उमा रूप लक्ष्मी को नमस्कार है । सूर्य रुद्र हैं छाया उमा है, उनके इन दोनों रूपों को नमस्कार है । चन्द्रमा और तारा रूप रुद्र-उमा को नमस्कार है । दिवस-रात्रि रूप शंकर-उमा को नमस्कार है । यज्ञ और वेदी रूप शिव और उमा को नमस्कार है । वेद-शास्त्र रूप शंकर और उमा को नमस्कार है । वृक्ष और लता रूप शंकर-उमा को नमस्कार है । अर्थ और अक्षर रूप शिव-उमा को नमस्कार है । लिंग और पीठ रूप शंकर-उमा को नमस्कार है । इस प्रकार इन वेदात्मक रुद्र और उमा को पृथक्-पृथक् नमस्कार करना चाहिए । मैं भी इन मन्त्रों द्वारा शिव-उमा को नमस्कार किया करता हूँ । जहाँ भी, जिस स्थिति में रहना हो, वहीं इस अर्घालीयुक्त मन्त्र का जप करता रहे । जिसने ब्रह्म-हत्या की हो वह भी यदि जल में प्रविष्ट होकर इस मन्त्र को जपे तो सभी पापों से छूट जाता है ॥१७-२५॥

सर्वाधिष्ठानमद्वन्द्वं परं ब्रह्मा सनातनम् ।  
सन्निदानन्दरूपं तदवाङ्मनसगोचरम् ॥२६॥  
तस्मिन् सुविदिते सर्वं विज्ञातं स्यादितदं शुक् ।  
तदात्मकत्वात् सर्वस्य तस्माद्भिन्नं न हि क्वचित् ॥२७॥  
द्वे विद्ये वेदितव्ये हि परा चैवापरा च ते ।  
तत्रापरा तु विद्यैषा ऋग्वेदो यजुरेव च ॥२८॥  
सामवेदस्तथाऽथर्ववेद शिक्षा मूनीश्वर ।  
कल्पो व्याकरणं चैव निरुक्तं छन्द एव च ॥२९॥  
ज्योतिषं च तथाऽज्ञात्मविषया अपि बुद्धयः ।  
अथैषा परमा विद्या ययाऽऽत्मा परमाक्षरम् ॥३०॥  
यत्तद्वैश्वमित्राह्यमगोत्रं रूपवर्जितम् ।  
अचक्षुःश्रोत्रमत्यर्थं तदपाणिपदं तथा ॥३१॥

नित्यं विभुं सर्वगतं सुसूक्ष्मं च तदव्ययम् ।  
तद्भूतयोनिं पश्यन्ति धीरा नात्मानमात्मनि ॥३२

हे शुक्र ! जो सनातन परम ब्रह्म सबका अविष्टान, मन और वाणी से अगोचर और सच्चिदानन्दधन स्वरूप है, उसे जो भले प्रकार जान लेता है वह इस सम्पूर्ण रहस्य का ज्ञाता हो जाता है । क्योंकि उस ब्रह्म से भिन्न कुछ भी नहीं है । यह सब उसी का स्वरूप है । परा और अपरा नाम की दो विद्याएँ हैं वे साधक के लिये ज्ञातव्य हैं । ऋक्, यजु, साम, अथर्व, यह चारों वेद, जिज्ञा, कल्प, छन्द, निरुक्त, छन्द, व्याकरण और ज्योतिष यह अपरा है । इसमें आत्म-विषय के अतिरिक्त अन्य सब प्रकार का बौद्धिक ज्ञान भरा हुआ है । परन्तु जिसके द्वारा आत्म-ज्ञान होता है वह परा विद्या है । वही परम अविनाशी आत्मतत्त्व है । वह दिखाई नहीं पड़ता, न ग्रहण किया जा सकता है । उसका नाम, रूप, व गोत्रादि कुछ नहीं है । उसके न नेत्र हैं, न कान हैं, हाथ-पाँव भी नहीं हैं । वह विषयों ने परे, नित्य, विभु, सूक्ष्मातिसूक्ष्म होने से सर्वगत और निर्विकार है । वह सब भूतों का आश्रय स्थान है । जानी पुरुष उस परमात्मा का अपने ही आत्मा में दर्शन करते हैं ॥२६-३२॥

यः सर्वज्ञः सर्वविद्यो यस्य ज्ञानमयं तपः ।  
तस्मादत्त्रन्नरूपेण जायते जगदावलि ॥३३  
सत्यवद्भाति तत् सर्वं रज्जुसर्पवदास्थितम् ।  
तदेतदक्षरं सत्यं तद्विज्ञाय विमुच्यते ॥३४  
ज्ञानादेव हि संसारविनाशो नैव कर्मणा ।  
श्रोत्रियं ब्रह्मनिष्ठं स्वगुरुं गच्छेद्दयथाविधि ॥३५  
गुरुस्तमे परां विद्वां ददयद्ब्रह्मात्मबोधिनीम् ।  
गुहायां निहितं साक्षादक्षरं वेद चैन्नरः ॥३६  
छित्त्वाऽविद्यामहाग्रन्थि शिवं गच्छेत् सनातनम् ।  
तदेतदमृतं सत्यं तद्वेदव्यं मुमुक्षुभिः ॥३७

ब्रह्म से ही भोक्ता एवं अन्य-रूप युक्त यह विश्व प्रकट होता है । वह ब्रह्म सर्वज्ञ एवं सब विद्याओं का आश्रयस्थान है । उसका तप ज्ञान ही है । सत्य के समान दिखाई पड़ने वाला यह विश्व रस्ती में सर्प के आभास के समान ही ब्रह्म में स्थित है । यह विश्व असत्य है, परन्तु ब्रह्म अविनाशी एवं सत्य है । इस प्रकार जानने वाला पुरुष मोक्ष को प्राप्त हो जाता है । कर्म से संसार की पाश नहीं कटती, वह तो ज्ञान से ही छिन्न-भिन्न होती है । इसलिए मुक्ति-काम्य पुरुष को अपने ब्रह्मनिष्ठ एवं श्रोत्रिय गुरु की शरण लेनी चाहिए । वह गुरु उसे आत्मा और ब्रह्म के एक होने का ज्ञान कराने वाली परिधिचा सिखावे । गुहा में अलक्षित उस अविनाशी ब्रह्म से जो पुरुष साक्षात् कर लेता है, उसके अविद्या रूपी बन्धन तो कट जाते हैं और फिर वह पुराण पुरुष शिव के समीप जाता है । अमृतरूप सत्य मोक्ष की कामना वाले साधकों के लिए शातव्य है ।

धनुस्तारं शरो ह्यात्मा ब्रह्म तल्लक्ष्यं मुच्यते ।

अप्रमत्तेन वेदव्यं शरवत्तन्मयो भवेत् ॥३८

लक्ष्यं सर्वगतं चैव शरः सर्वगतो मुखः ।

वेद्धा सर्वगतएचैव शिवलक्ष्यं न संशयः ॥३९

न तत्र चन्द्रार्कवपुः प्रकाशते न वान्ति तावाः सकला  
देवताश्च ।

स एष देवः कृतभावभूतः रूपं विशुद्धो विरजाः  
प्रकाशते ॥४०

दो सुपणौ शरीरेऽस्मिन् जीवेशाख्यो सह स्थितौ ।

तयोर्जीविः फलं भुङ्क्ते कर्मणो न महेश्वरः ॥४१

केवलं साक्षिरूपेण विना भोगं महेश्वरः ।

प्रकाशते स्वयं भेदः कल्पितो मायया तयोः ॥४२

घटाकाशमठाकाशौ यथाऽऽकाशप्रभेदतः ।  
 कल्पितौ परमो जीव शिव रूपेण कल्पितौ ॥४३  
 तत्त्वतश्च शिवः साक्षाच्चिज्जीवश्च स्वतः सदा ।  
 चिच्चिदाकारतो भिन्ना न भिन्ना चित्त्वहानितः ॥४४  
 चितद्विचित्रं चिदाकाराद्भिद्यते जडरूपतः ।  
 भिद्यते केज्जडो भेदश्चिदेका सर्वदा खलु ॥४५  
 तत्कतश्च प्रमाणाच्च चिदेजत्वव्यवस्थितेः ।  
 चिदेकत्वपरिज्ञाने न शोचति न मुह्यति ।  
 अद्वैत परमानन्दं शिवं याति तु केवलम् ॥४६  
 अधिष्ठानं समस्तस्य जगतः सत्यचिद्गुणम् ।  
 अहमस्मीति निश्चित्य वीतशोकौ भवेन्मृनि ॥४७  
 स्वशरीरे स्वयं ज्योतिस्स्वरूपं सर्वसाक्षिणम् ।  
 क्षीणादोषाः प्रपश्यन्ति नेतरे माययाऽऽवृताः ॥४८  
 एवंरूपपरिज्ञानं यस्यास्ति परयोगिनः ।  
 कुत्रचिद्गमनं नास्ति तस्य पूर्णस्वरूपिणः ॥४९  
 आकाशमेकं सम्पूर्णं कुत्र चिन्नैव गच्छति ।  
 तद्वत्त्वात्म परिज्ञानी कुत्र चिन्नैव गच्छति ॥५०  
 स तो ह वै तत्परमं ब्रह्मायो वेदं वै मुनिः ।  
 ब्रह्मैव भवति स्वस्थः सच्चिदानन्दमातृकः ॥५१

ब्रह्म रूप लक्ष्य के लिए प्रणव धनुष रूप और आत्मा बाण के समान है । उसे वींचने के लिए आलस्य का त्याग आवश्यकीय कार्य है । उस ब्रह्म में उसी प्रकार तन्मय हो जाना चाहिए जैसे लक्ष्य की वींचने के लिए बाण क्रियारत होता है । ब्रह्म रूप लक्ष्य सर्वगत है, आत्मा सर्वतोमुख है, परन्तु यदि साधक भी सर्वगत हो तो शिवः रूप लक्ष्य की प्राप्ति निःसन्देह होती है । जिन परमात्मा के परमधाम में चन्द्र-सूर्य नहीं होते, जहाँ वायु तथा अन्य देवगण भी पहुँच नहीं पाते, वहीं पर-

मात्मा साधक द्वारा चित्तन किये जाने पर अपने निर्मल और निगुण रूप से प्रकाशमान होते हैं। यह शरीर रूपी वृक्ष जीव और ईश्वर रूप दो पक्षियों को निवास देने वाला है। इनमें जीवरूप पक्षी स्वीकृत कर्मों का फल भोगता है। परन्तु ईश्वर उसके कर्म-फल भोग के शास्त्री स्वरूप प्रकाशित रहता है, वह कर्म का फल नहीं भोगता। माया के द्वारा ही जीव और ईश्वर के भेद की कल्पना हुई है। यथार्थ में तो चिन्मय जीव स्वयं ही साक्षात् ईश्वर है। जीव और ईश्वर में चित् रूप उपाधि सम्बन्धी आकार भेद के कारण यह विभक्ति परिलक्षित होती है। वास्तव में उनमें कोई भिन्नता नहीं है। यदि यथार्थ में ही भेद हो तो दोनों का चित् स्वरूप ही नष्ट हो जायगा। चित् से चित् का भेद कल्पित किया जाना जड़ रूप उपाधि से ही हुआ है। चिदाकारता से कोई भेद नहीं हो सकता। भेद-दृष्टि ही जड़ता से उत्पन्न होती है। चित्ता की एकता युक्ति और प्रमाण दोनों के द्वारा ही परिपुष्ट है। अतः चित् की एकता का ज्ञान हो जाने पर मनुष्य मोह और शोक से मुक्त हो जाता है और अद्वैत परमानन्द रूप शिवत्व की उसे प्राप्ति होती है। वह विद्वान् स्वरूप परमात्मा सम्पूर्ण विद्वान् का परम आश्रय है। श्रुति-गण परमात्मा में ही हैं' ऐसा मानकर शोक से छूट जाते हैं। जिन मनुष्यों के दोष नष्ट हो गये हैं, वे ही उस सर्वसाक्षी और स्वयंज्योति रूप परब्रह्म के दर्शन प्राप्त कर सकते हैं। माया के जाल में फँसे हुए जीव उसे नहीं देख सकते। जो सिद्ध पुरुष आत्मा के स्वरूप का ऐसा ज्ञान प्राप्त कर चुके हैं, वे पूर्णता को प्राप्त पुरुष कहीं आते-जाते नहीं। जैसे परिपूर्ण आकाश कहीं जाता नहीं, वैसे ही आत्म-तत्त्व का ज्ञाता महात्मा भी कहीं नहीं जाता। जो उस परमब्रह्म का ज्ञाता है, वह सच्चिदानन्द रूप में स्थित होकर स्वयं ब्रह्म हो जाता है ॥ ३८-५१ ॥

॥ ब्रह्मदयोपनिषत् समाप्त ॥

# गरुडोपनिषत्

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवा भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ॥  
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुः वांसस्तनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः ॥ स्वस्ति न  
इन्द्रो वृद्धश्रवाः ॥ स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः ॥ स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो  
अरिष्टनेमिः ॥ स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥ ॐ शान्तिः  
शान्तिः शान्तिः ।

हे पूज्य देवो ! हम कानों से कल्याण सुनें, आँखों से कल्याण  
को देखें । सुदृढ़ अङ्गों तथा देह के द्वारा तुम्हारी स्तुति करते रहें और  
देवताओं ने हमारे लिये जो आयुष्य नियत कर दिया है उसे भोगें ।  
महान कीर्ति वाले इन्द्र हमारा कल्याण करें, सब को जानने वाले पूषा  
देव हमारा कल्याण करें जिसकी गति रोकनी न जा सके ऐसे गरुड़देव  
हमारा कल्याण करें और बृहस्पति हमारा कल्याण करें ! ॐ शान्तिः  
शान्तिः शान्तिः ॥

हरिः ॐ गरुडब्रह्मविद्यां प्रवक्ष्यामि यां ब्रह्मा विद्यां  
नारदाय प्रोवाच नारदो बृहत्सेनाय बृहत्सेन इन्द्राय इन्द्रो भर-  
द्वाजाय भरद्वाजो जीवत्कामेभ्यः शिष्येभ्यः प्रायच्छत् । अस्याः  
श्रीमहागरुडब्रह्मविद्याया ब्रह्मा ऋषिः । गायत्री छन्दः । श्रीभग-  
वान्महागरुडो देवता । श्रीमहागरुडप्रीत्यर्थं मम सकलविषवि-  
नाशनार्थं जपे विनियोगः । ॐ नमो भगवते अंगुष्ठाभ्यां नमः ।  
श्रीमहागरुडाय तर्जनीभ्यां स्वाहा । पक्षीन्द्राय मध्यमाभ्यां  
वषट् । श्रीविष्णुवल्लभाय अनामिकाभ्यां हुम् । त्रैलोक्यपरि-  
पूजिताय कनिष्ठिकाभ्यां वौषट् । उग्रभयंकरकालनलरूपाय

करतलकरपृष्ठाभ्यां फट् । एवं हृदयादिन्यासः । भूभुवः सुव-  
रोमिति दिग्बन्धः ।

हरि ॐ । गरुड सम्बन्धी ब्रह्मविद्या का उपदेश किया जाता है,  
जिस विद्या को ब्रह्मा ने नारद को, नारद ने वृहत्सेन को, वृहत्सेन ने इन्द्र  
को, इन्द्र ने भरद्वाज को, भरद्वाज ने जीवत्काम शिष्यों को कहा (उन्हें  
प्रदान किया) नीचे लिखे विनियोग से जल छोड़ना चाहिये—'अथ श्री  
महागरुड ब्रह्मविद्याया— — ...विपविनाशार्थं विनियोगः ।

अब नीचे लिखे मन्त्रों से अङ्गन्यास करना चाहिये:—

ॐ नमो— — ...अगुण्डाभ्यां नमः ।

श्री महागरुडाय— — ...तर्जनीभ्यां स्वाहा ।

पक्षीन्द्राय... ... मध्यमाभ्यां वषट् ।

श्री विष्णुवल्लभाय... ... अनामिकाभ्यां ह्रस्व ।

त्रैलोक्य परिपूजिताय... ... कनिष्ठिकाभ्यां वीषट् ।

उग्रभयङ्कर— — ...करतल पृष्ठाभ्यां फट् ।

इसी प्रकार हृदय गिरगिला कवच नेत्रादि न्यास करके वीषट्  
करना चाहिये । "भूभुवः स्वरोम्" इससे दिग्बन्धन करना चाहिये ।

ध्यानम् । स्वस्तिको दक्षिणं पादं वामपादं तु कुञ्चितम् ।  
प्राञ्जलीकृतदोयुग्मं गरुड हरिवल्लभम् ॥ १ ॥ अनन्तो  
वामकटको यज्ञसूत्रं तु वासुकिः । तक्षकाः कटिसूत्रं तु हारः  
कार्कोट उच्यते ॥ २ ॥ पद्मो दक्षिणकर्णो तु महापद्मस्तु  
पीण्डकालिकनागाभ्यां चामराभ्यां सुवीजितम् । एलपुत्रक-  
नागाद्यैः सेव्यमानं मुदान्वितम् ॥ ४ ॥ कपिलाक्षं गरुमन्तं  
सुवर्णसदृशप्रभम् । दीर्घबाहुं वृहत्स्कन्धं नादाभरणभूषितम् ॥ ५ ॥



आजानुतः सुवर्णमिमाकट्योस्तुहिनप्रभम् । कुंकुमारुणमाकण्ठं  
 शतचन्द्रनिभाननम् ॥ ६ ॥ नीलाग्रनासिकावक्रं सुमहच्चारुकुण्ड-  
 लम् । दंष्ट्राकरालवदवं किरीटमुकुटोज्ज्वलम् ॥ ७ ॥ कुंकुमारुण-  
 सर्वाङ्गं कुन्देन्दुधवलाननम् । विष्णुवाह नमस्तुभ्यं क्षेमं कुरु  
 सदा मम ॥ ८ ॥

निम्न श्लोकों से ध्यान कराना चाहिये:—

स्वस्तिको दक्षिणं पादं	हृदयवत्तमम् । १ ।
अनन्तो वामकटको	कार्कोट उच्यते । २ ।
पद्मो दक्षिणरूपो	भुजान्तरे । ३ ।
पीण्डकालिकनागाभ्यां	मुदान्वितम् । ४ ।
कपिलाक्षं	नागाभरणभूषितम् । ५ ।
आजानुतः	शतचन्द्रनिभाननम् । ६ ।
नीलाग्रनासिकावक्रं	किरीट मुकुटोज्ज्वलम् । ७ ।
कुङ्कुमारुणसर्वाङ्गं	कुरु सदा मम् । ८ ।

इन सब श्लोकों को गरुड का ध्यान करते हुए भजी-  
 भाँति श्रद्धापूर्वक पढ़ाना चाहिये ।

एवं ध्यायेत्त्रिसंध्यासु गरुडं नागभूषणम् । विषं नाशयते  
 शोभ्रं तूलराशिमिवानलः ॥ ६ ॥ ओमीमों नमो भगवते  
 श्रीमहागरुडाय पक्षीन्द्राय विष्णुवल्लभाय त्रैलोक्यपरिपूजिताय  
 उग्रभयंकरकालानलरूपाय वज्रनखाय वज्रतुण्डाय वज्रदन्ताय  
 वज्रदंष्ट्राय वज्रपुच्छाय वज्ररक्षालक्षितशरीराय ओमीकेह्ये हि  
 श्रीमहागरुडाप्रतिशासनास्मिन्नावि गाविश दुष्टानां विषं दूषयदूषय  
 स्पृष्टानां नाशयनाशय दन्दजूकानां विषं दारय दारय  
 प्रलीनं विषं प्रणाशयप्रणाशय सर्वविषं नाशय नाशय  
 हनहन दहदह पचपच भस्मीकुरुभस्मीकुरु हुं

फट् स्वाहा ॥ चन्द्रमण्डलसंकाश सूर्यमण्डलमुष्टिक । पृथ्वी-  
मण्डलमुद्राङ्ग श्रीमहागरुडायविषं हरहर हुं फट् स्वाहा ॥  
ॐ क्षिप स्वाहा ॥ ओमीं सचरति सचरति तत्कारी मत्कारो  
विपाणां च विपरुषिणी विपद्रुपिणी विपशोषणी विपनाशिनी  
विपहारिणी हतं विषं नष्टं विपमन्त प्रलीन विषं प्रनष्टं विषं  
हतं ते ब्रह्मणा विषं हतमिन्द्रस्य वज्रेण स्वाहा ॥ ॐ नमो  
भगवते महागरुडाय विष्णुवाहनाय त्रैलोक्यपरिपूजिताय वज्रन-  
खवज्रतुण्डाय वज्रपक्षालकृतशरीराय एह्येहि महागरुड विषं  
छिन्धिच्छिन्धि आवेशयावेशय हुं फट् स्वाहा ॥ सुपर्णोऽसि  
गरुत्मान्निवृत्ते शिरो गायत्र चक्षुः स्तोम आत्मा साम ते तनूवर्मि-  
देव्यं बृहद्रथन्तरे पक्षौ यज्ञायज्ञियं पुच्छ छन्दांस्यङ्गानि क्षिप्रिण्या  
शफा यजू वि नाम ॥ सुपर्णोऽसि गरुत्मान्दिव गच्छ सुवः पत ओमीं  
ब्रह्मविद्याममावास्यायां पीर्णमास्यां पुरोवाच सचरति सचरति  
तत्कारी मत्कारी विपनाशिनी विषद्रुहिणी विपहारिणी हतं विषं  
नष्टं विषं नष्टं विषं प्रनष्टं विषं हतमिन्द्रस्य वज्रेण विषं हतं  
ते ब्रह्मणा विपमिन्द्रस्य वज्रेण स्वाहा ॥ तस्यस् (?) ।

इस प्रकार तीनों सन्ध्याओं के समय नागभूषण गरुड का ध्यान करना चाहिये । इनके ध्यान से विष ऐसे समाप्त हो जाता है जैसे आग द्वारा रई का ढेर । ६ ।

अब अबोलिखित मन्त्रों का उच्चारण विपनाश करने के लिये करना चाहिये और उस स्थान को क्षाड़ना चाहिये । इन्हीं मन्त्रों से हीम भी सिद्धि प्राप्ति के निमित्त करना चाहिये:—

ॐ मी मीं नमोः भगवते ~ ~~~ ~~~ भर्स्यां कुरु मस्मी  
कुरु हुं फट् स्वाहा । १ ।

चन्द्रमण्डलसंकाश ~~~ ~~~ ~विषं हर हर हुं फट् स्वाहा  
ॐ क्षिप स्वाहा । २ ।

ओमीं सचरति\*\*\* वज्रेण स्वाहा । ३ ।  
 ॐ नमो भगवते\*\*\* आदेशयावेशय हुं फट् स्वाहा । ४ ।  
 सुपर्णोऽसि गरुडमान्\*\*\* विषमिन्द्रस्य वज्रेण स्वाहा । ५ ।

यद्यनन्तकद्रुतोऽसि यदि वानन्तकः स्वयं सचरति सचरति  
 तत्कारी मत्कारी विषनाशिनी विषद्रूषिणी हतं विषं नष्टं विषं  
 हतमिन्द्रस्य वज्रेण विषं हतं ते ब्रह्मणा विषमिन्द्रस्य वज्रेण  
 स्वाहा । यदि वासुकिद्रुतोऽसि वा वासुकिः स्वयं सचरति  
 सचरति तत्कारी मत्कारी विषनाशिनी विषद्रूषिणी हतं विषं  
 नष्टं विषं हतमिन्द्रस्य वज्रेण विषं हतं ते ब्रह्मणा विषमिन्द्रस्य  
 वज्रेण स्वाहा यदि वा तक्षकः स्वयं सचरति सचरति तत्कारी  
 मत्कारी विषनाशिनी विषद्रूषिणी हतं विषं नष्टं विषं हतमि-  
 न्द्रस्य वज्रेण विषं हतं ते ब्रह्मणा विषमिन्द्रस्य वज्रेण स्वाहा ॥  
 यदि कर्कोटकद्रुतोऽसि यदि वा कर्कोटकः स्वयं सचरति सचरति  
 तत्कारी मत्कारी विषनाशिनी विषद्रूषिणी हतं विषं नष्टं विषं  
 हतमिन्द्रस्य वज्रेण विषं हतं ते ब्रह्मणा विषमिन्द्रस्य वज्रेण  
 स्वाहा ॥ यदि पद्मद्रुतोऽसि यदि वा पद्मकः स्वयं सचरति  
 सचरति तत्कारी मत्कारी विषनाशिनी विषद्रूषिणी हतं विषं  
 नष्टं विषं हतमिन्द्रस्य वज्रेण विषं हतं ते ब्रह्मणा विषमिन्द्रस्य  
 वज्रेण स्वाहा ॥ यदि महापद्मद्रुतोऽसि यदि वा महापद्मकः  
 स्वयं सचरति सचरति तत्कारी मत्कारी विषनाशिनी विषद्रूषिणी  
 हतं विषं नष्टं विषं हतमिन्द्रस्य वज्रेण विषं हतं ते ब्रह्मणा  
 विषमिन्द्रस्य वज्रेण स्वाहा ॥ यदि शङ्खद्रुतोऽसि यदि वा  
 शङ्खकः स्वयं सचरति सचरति तत्कारी मत्कारी  
 विषनाशिनी विषद्रूषिणी हतं विषं नष्टं विषं हतमिन्द्रस्य  
 वज्रेण विषं हतं ते ब्रह्मणा विषमिन्द्रस्य वज्रेण स्वाहा ॥

यदि गुलिकदूतोऽसि यदि वा गुलिकः स्वयं सचरति सचरित  
 तत्कारी मत्कारी विषनाशिनी विषदूषिणी विषहारिणी हतं विषं  
 नष्टं विषं हतमिन्द्रस्य वज्रेण विषं हतं ते ब्रह्मणा विषमि-  
 न्द्रस्य वज्रेण स्वाहा ॥ यदि पौण्ड्रकालिकदूतोऽसि यदि वा  
 पौण्ड्रकालिकः स्वयं सचरति सचरति तत्कारी मत्कारी विषना-  
 शिनी विषदूषिणी विषहारिणी हतं विषं नष्टं विषं हतमिन्द्रस्य  
 वज्रेण विषं हतं ते ब्रह्मणा विषमिन्द्रस्य वज्रेण स्वाहा ॥ यदि  
 नागकदूतोऽसि यदि वा नागकः स्वयं सचरति सचरति तत्कारी  
 मत्कारी विषनाशिनी विषदूषिणी विषहारिणी हतं विषं नष्टं  
 विषं हतमिन्द्रस्य वज्रेण विषं हतं ते ब्रह्मणा विषमिन्द्रस्य  
 वज्रेण स्वाहा ॥ तदि लूतानां प्रलूतानां यदि वृश्चिकानां यदि  
 घोटकानां यदि स्थावरजङ्गमानां सचरति सचरति तत्कारी  
 मत्कारी विषनाशिनी विषदूषिणी विषहारिणी हतं विषं नष्टं  
 विषं हतमिन्द्रस्य वज्रेण विषं हतं ते ब्रह्मणा विषमिन्द्रस्य  
 वज्रेण स्वाहा । अनन्तवासुकितक्षककर्कोटकपद्मक महापद्मक-  
 शङ्खकगुलिकपौण्ड्रकालिकनागक इत्येषां दिव्यानां महानागानां  
 महानागादिरूपाणां विषतुण्डानां विषदन्तानां विषदंष्ट्राणां  
 विषाङ्गानां विषपुच्छानां विश्वचाराणां वृश्चिकानां लूतानां  
 प्रलूतानां मूषिकाणां गृहगौलिकानां गृहगोधिकानां घ्राणासानां  
 गृहगिरिगृह्वरकालानलवल्मीकोद्भूतानां तार्णानां पाणानां काष्ठ-  
 दाक्षवृक्षकोटरस्थानां मूलत्वग्दाहिन्यासपत्रपुष्पफलोद्भूतानां दुष्ट-  
 कीटकपिशितमार्जारजम्बुकव्याघ्रवराहाणां जरायुजाण्डजोद्भि-  
 ज्जस्वेदजानां शस्त्रवाणक्षतस्फोटव्रणमहाव्रणकृतानां कृत्रिमाणा-  
 मन्येषां भूतवेतालकूष्माण्डपिशाचप्रेतराक्षसयक्षभयप्रदानां विश-  
 तुण्डदंष्ट्राणां विषाङ्गानां विषपुच्छानां विषाणां विषरूषिणी  
 विषदूषिणी विषशोषिणी विषनाशिनी विषहारिणी हतं विषं

नष्टं विषमन्तःप्रलीतं विषं प्रनष्टं विषं हतं ते ब्रह्मणा विष-  
मिन्द्रस्य वज्रेण स्वाहा ।

यद्यनन्तक दूतोऽसि\*\*\*

\*\*\*ब्रह्मणा\*\*\*

वज्रेण स्वाहा । ६ ।

यदि वासुकिदूतोऽसि\*\*\* \*\* \*इन्द्रस्य वज्रेण स्वाहा । ७।

यदि वा तक्षक स्वयं\*\*\* \*\* \*वज्रेण स्वाहा ।

यदि कर्कोटक दूतोऽसि \*\* \*\*\*वज्रेण स्वाहा ।

यदि पद्मक दूतोऽसि\*\*\* \*\* \*वज्रेण स्वाहा ।

यदि महापद्मक दूतोऽसि\*\*\* \*\* \*वज्रेण स्वाहा ।

यदि शंखक दूतोऽसि\*\*\* \*\* \*वज्रेण स्वाहा ।

यदि गुलिक दूतोऽसि\*\*\* \*\* \*वज्रेण स्वाहा ।

यदि पौंड्रकालिक दूतोऽसि\*\*\* \*\* \*वज्रेण स्वाहा ।

यदि नागक दूतोऽसि\*\*\* \*\* \*वज्रेण स्वाहा ।

यदि लूतानां प्रलूतानां\*\*\* \*\* \*वज्रेण स्वाहा ।

अनन्त वासुकितक्षक\*\*\* \*\* \*विषं हतं ते ब्रह्मणा विष-

मिन्द्रस्य वज्रेण स्वाहा ।

इ इमां ब्रह्मविद्याममावास्यायां पठेच्छृणुयाद्वा यावज्जीवं  
न हिंसन्ति सर्पाः । अष्टौ ब्राह्मणान्ग्राहयित्वा तृणेन मोचयेत् ।  
शतं ब्राह्मणान् ग्राहयित्वा चक्षुषा मोचयेत् । सहस्रं ब्राह्मणान्  
ग्राहयित्वा मनसा मोचयेत् । सर्पाञ्जले न मुञ्चन्ति । तृणे न  
मुञ्चन्ति । काष्ठेन मुञ्चन्ती त्याह भगवान्ब्रह्मेत्युपनिषत् ॥  
॥ हरिः ॐ तत्सत् ॥

जो इस ब्रह्म विद्या का अभावस्था के दिन अध्ययन करता है उसे सारे जीवन भर सर्प नहीं काटते आठ ब्राह्मणों को ग्रहण करवा कर तिनके से, सी ब्राह्मणों को बतलाकर आँख से, हजार ब्राह्मणों को बतला कर मन से ही विष को मुक्त किया जा सकता है । सर्पकुण्डली तिनके तथा काठ पर स्थित होने से विषमुक्त नहीं होता ।

॥ गरुडोपनिषद् समाप्त ॥



## लांगूलोपनिषत्

ॐ अस्य श्रीअनन्तघोरप्रलयज्वालाग्निरौद्रस्य वीरहनुम-  
त्साध्यसाधना घोरमूलमन्त्रस्य ईश्वर ऋषिः । अनुष्टुप् छन्दः ।  
श्रीरामलक्ष्मणौ देवता । सौ वीजम् । अञ्जनासूनुरिति शक्तिः ।  
वायुपुत्र इति कीलकम् । श्रीहनुमत्प्रसादासिद्धयर्थं भूभुवस्स्वर्लो-  
कसमासीनतत्त्वपदशोधनार्थं जपे विनियोगः ।

ॐ भूः नमो भगवते दावानलकालाग्निहनुमते अङ्गुष्ठाभ्यां  
नमः । हृदयाय नमः । ॐ भुवः नमो भगवते चण्डप्रतापहनुमते  
तर्जनीभ्यां नमः । शिरसे स्वाहा । ॐ स्वः नमो भगवते चिन्ता-  
मणिहनुमते मध्यमाभ्यां नमः । शिखायै वषट् । ॐ महः नमो  
भगवते पातालगरुडहनुमते अनामिकाभ्यां नमः । कवचाय हुम् ।  
ॐ जनः नमो भगवते कालाग्निरुद्रहनुमते कनिष्ठिकाभ्यां नमः ।  
नेत्रत्रयाय वौषट् । ॐ तपः सत्यं नमो भगवते भद्रजातिविकटरुद्र-  
वीरहनुमते करतलकरपृष्ठाभ्यां नमः । अस्त्राय फट् । पाशुपतेन  
दिग्बन्धः । अथ ध्यानम्—

वज्राङ्गं पिङ्गनेत्रं कनकमयलसत्कुण्डलाक्रान्तगण्डं  
दम्भोलिस्तम्भसारप्रहणविवशीभूतरक्षोऽघिनाथम् ।  
उद्यत्लाङ्गूलघर्पप्रचलजलनिधिं भीमरूपं कपीन्द्रं  
ध्यायन्तं रामचन्द्रं प्लवगपरिवृढं सत्त्वसारं प्रसन्नम् ॥

नीचे दिए संकल्प से जल छोड़ना चाहिए :—

ॐ अस्य... ...जपे विनियोगः ।

अब नीचे दिये क्रम के अनुसारःअङ्गन्यास करना चाहिए—  
(तत्सद् स्थानों को छूना चाहिए) ।

ॐभूः नमोः...	...अगुष्ठाभ्यां नमः हृदयाय नमः ।
ॐभुवः नमोः...	...तर्जनीभ्यां नमः शिरसे स्वाहा ।
ॐस्वः नमोः...	...मध्यमाभ्यां नमः शिखायै वषट् ।
ॐमहः...	...अनामिकाभ्यां नमः । कवचाय हुम् ।
ॐजनः...	...कनिष्ठिकाभ्यां नमः नेत्र त्रयाय वषट् ।
ॐ तपः...	...करतल पृष्ठाभ्यां नमः अस्त्राय फट् ।

पशुपत-के द्वारा दिग्बन्धन करना चाहिये । नीचे दिये श्लोक से ध्यान करना चाहिये : ( हाथ जोड़कर आँखें बन्दकर ) ।

वज्राङ्ग पिङ्गनेत्रं... ... सत्त्वसारं प्रसन्नम् ।

इति मानसोपचारैः सम्पूज्य, ॐ नमो भगवते दावासलका-  
'लाग्निहनुमते (जयश्रियो जयजीविताय)ध्वलीकृतजगत्त्रय वज्र-  
देह वज्रपुच्छ वज्रकाय वध्रतुण्ड वज्रमुख वज्रनख वज्रवाहो  
वज्ररोम वज्रनेत्र वज्रदस्त वज्रशरीर सकलात्मकाय भीमकर  
पिङ्गलाक्ष उग्र प्रलयकालरौद्र वीरभद्रावतार शरभसालुवभैरव-  
दोर्दण्ड लङ्कापुरीदाहन उदधिलङ्घन दशग्रीवकृतान्त सीता-  
विश्वास ईश्वरपुत्र अञ्जनागर्भसम्भूत उदयभास्करविम्बानलग्रासक  
देवदानवऋषिमुनिवन्द्य पाशुपतास्त्रब्रह्मास्त्रबैलनारायणास्त्र-  
कालशक्तिकास्त्रदण्डकास्त्रपाशाधोरास्त्रनिवारण पाशुपतास्त्रब्रह्मा-  
स्त्रबैलवाञ्छनारायणास्त्रमण्ड सर्वशक्तिग्रसन ममात्मरक्षाकर  
परविद्यानिवारण आत्मविद्यासंरक्षक अग्निदीप्त अथर्ववेदसिद्ध-  
स्थिरकालाग्निराहारक वायुवेग मनोवेग श्रीरामतारकप्ररब्रह्म-  
विश्वरूपदर्शन लक्ष्मणप्राणप्रतिष्ठानन्दकर स्थलजलाग्निमर्मभेदिन्



सर्वशत्रून् छिन्धि छिन्धि मम वैरिणः खादय खादय मम सज्जीवन-  
पर्वतोत्पाटन डाकिनीविध्वंसन सुग्रीवसख्यकरण निष्कलङ्क  
कुमारब्रह्मचारिन् दिगम्बर सर्वपाप सर्वग्रह कुमारग्रह सर्व छेदय  
छेदय भेदय भेदय भिन्धि भिन्धि खादय खादय टङ्क टङ्क ताडय  
ताडय मारय मारय शोषय शोषय ज्वालय ज्वालय हारय हार  
देवदत्त नाशय नाशय अतिशोषय अतिशोषय मम सर्वं च हनुमन्  
रक्ष रक्ष ॐ हां ह्रीं हूं हुं फट् धे धे स्वाहा ॥

ॐ नमो भगवते चण्डप्रतापहनुमते महावीराय सर्वदुःख-  
विनाशनाय ग्रहमण्डलभूतमण्डल प्रेतहिशाचमण्डलसर्वोच्चाटनय  
अतिभयङ्करज्वरमाहेश्वरज्वर-विष्णुज्वर-ब्रह्मज्वर-वेतालब्रह्म-  
राक्षसज्वर-पित्तज्वर-श्लेष्मसाम्निपातिकज्वर-विषमज्वर-शीत  
ज्वर-एकाहिकज्वर-द्व्याहिकज्वर-त्र्यहिकज्वर-चातुर्थिकज्वर-  
अर्धमासिकज्वर-मासिकज्वर-षान्मासिकज्वर-सांवत्सरिकज्वर-  
अस्थ्यन्तर्गतज्वर-महापस्मार-श्रमिकापस्मारांश्च भेदय भेदय  
खादय खादय ॐ हां ह्रीं हूं हुं फट् धे धे स्वाहा ॥

ॐ नमो भगवते चिन्तामणिहनुमते अङ्गशूल-अक्षिशूल-  
शिरश्शूल-गुल्मशूल-उदरशूल-कर्णशूल-नेत्रशूल-गुदशूल-कटिशूल  
जानुशूल-जघ्णशूल-हस्तशूल-पादशूल-गुल्फशूल-वातशूल-पित्त-  
शूल-पायुशूल-स्तनशूल-परिणामशूल-परिधामशूल-परिवाणशूल-  
दन्तशूल-कुक्षिशूल-सुमनश्शूल-सर्वशूलानि निर्मूलय निर्मूलय  
दैन्यदानवकामिनीवेतालब्रह्मराक्षसकोलाहलनागपाशनन्तवासुकि-  
तक्षकार्को-टकलिङ्गपद्मककुमुदज्वलरोगपाशमहामारीन् कालं पा-  
शविणं निर्विणं कुरु कुरु ॐ ह्रीं ह्रीं हूं हुं फट् धे धे स्वाहा ॥

ॐ ह्रीं श्रीं क्लीं ग्लं ग्लीं ग्लूं ॐ नमो भगवते पाताल-  
गरुडहनुमते भैरववनगतगर्जसिहेन्द्राक्षीपाशबन्धं छेदय छेदय

प्रलयमान्त कालाग्निहनुमन् शृङ्खलाबन्धं विमोक्षय विमोक्षय  
सर्वग्रहं छेदय छेदय मम सर्वलार्याणि साधय साधय मम  
प्रसादं कुरु कुरु मम प्रसन्न श्रीरामसेवकसिंह भैरवस्वरूप मां  
रक्ष रक्ष ॐ ह्रां ह्रीं ह्रूं ह्रां ह्रीं क्ष्मां भ्रूं श्रां श्रीं क्लां क्लीं  
क्कां कीं ह्रां ह्रीं ह्रूं ह्रूं ह्रौं ह्रः ह्रां ह्रीं हुं ख ख जय जय  
मारण मोहन घूर्ण घूर्ण दम दम मारय मारय वारय वारय खे खे  
ह्रां ह्रीं ह्रूं हुं फट् वे वे स्वाहा ॥

ॐ नमो भगवते कालाग्निरौद्रहनुमते भ्रामय भ्रामय लव  
लव कुरु कुरु जय जय हस हस मादय मादय प्रज्वलय मृडय  
मृडय त्रासय त्रासय साहय साहय वशय वशय शामय शामय  
अस्त्रत्रिशूलडमरुखड्गकालमृत्युकपालखट् वांगधर अभयशाश्वत हूं  
हूं अवतारय अवतारय हूं हूं अनन्तभूषण परमन्त्र-परयन्त्र शतसहस्र  
कोटितेज पुञ्जं भेदय भेदय अग्नि बन्धय लब्धय वायुं बन्धय  
बन्धय सर्वग्रह बन्धय बन्धय अनन्तापिदुष्टनागानां द्वादशकुलवृ-  
श्चिकानामेकानशल्लतानां विषं हन हन सर्वविषं बन्धय बन्धय  
बन्धय वज्रतुण्ड उट्टवाटय मारणमोहनवशीकरणस्तम्भनजुम्भणाक-  
र्षणोच्चाटनमिलनविद्वेषणयुद्धतर्कमर्माणि बन्धय बन्धय ॐ कुमा-  
रीपदत्रिहारबाणोग्रमूर्तये ग्रामवासिने अतिपूर्वशक्ताय सर्वायुधध-  
राय स्वाहा अक्षयाय वे वे वे वे ॐ लं लं लं घ्रां घ्रौं स्वाहा ॐ  
हलां हलीं हलूं हूं फट् वे वे स्वाहा ॥

ॐ श्रां श्रीं श्रूं श्रीं श्रीं श्रः ॐ नमो भगवते भवगते भद्रजानिकट-  
रुद्रवीरहनुमते टं टं टं लं लं लं वैवदत्तदिगम्बराराष्ट्रमहाशक्त्यष्टा-  
ङ्गधर अष्टमहाभैरवनवब्रह्मास्वरूप दशविष्णुरूप एकदशरुद्रावतार  
द्वादशार्कतेजः त्रयोदशसोममुख वीरहनुमन् स्तम्भनीमोहनीवशी-  
करिणीतन्त्रैकसावयव नगरराजमुखबन्धन बलमुखमकरमुखसिंह-

मुखजिह्वामुखानि वन्धय वन्धय स्तम्भय स्तम्भय व्याघ्रमुखसर्व-  
 वृश्चिकान्निज्वालाविषं निर्गमय निर्गमय सर्वजनवेरिमुखं वन्धय  
 वन्धय पापहर वीर हनुमन् ईश्वरावतार वायुनन्दन भञ्जनासुत  
 वन्धय वन्धय श्रीरामचन्द्रसेवक ॐ ह्रां ह्रां ह्रां आसय सासय ह्रीं  
 ह्रां ह्रीं श्रीं श्रीं यं भं अं अः हट् हट् खट् खट् सर्वजन-विश्वजन-  
 शत्रुजन-वश्यजन-सर्वजनस्य दृशं लं लां श्रीं ह्रां ह्रीं मनः स्तम्भय  
 स्तम्भय भञ्जय भञ्जय अद्रि ह्रीं व ह्रीं ह्रीं मे सर्व ह्रीं ह्रीं सागरह्रीं  
 ह्रीं वं वं सर्वमन्त्रार्थाधिर्वणवेशसिद्धिं कुरु कुरु स्वाहा । श्रीरामचन्द्र  
 उवाच । श्रीमहादेव उवाच । श्रीवीरभद्रस्तौ उवाच । त्रिसन्ध्यं  
 यः पठेन्नरः ।

इस प्रकार शान्तिक पूजा करके अबोलिखित मन्त्रों का उच्चा-  
 करना चाहिये । इनसे हवन (होम) करना है ।

ॐ नमो भगवते दावानल कालाग्नि हनुमते ... हनुमद् रक्ष-  
 रक्ष ॐ ह्रां ह्रीं ह्रूं हुं फट् धे धे स्वाहा ॥१॥

ॐ नमो भगवते चण्डप्रताप हनुमते... खादय खादय ॐ  
 ह्रां ह्रीं ह्रूं हुं फट् धे धे स्वाहा ॥२॥

ॐ नमो भगवते चिन्तानागि हनुमते... निविषं कुरु कुरु  
 धे धे स्वाहा ॥३॥

ॐ ह्रीं श्रीं क्लीं ग्लान्ग्लीं ग्लूं ॐ नमो भगवते पाताल गरुड  
 हनुमते... वारय वाराय ... धे धे स्वाहा ॥४॥

ॐ नमो भगवते कालाग्निरीद्र हनुमते... ब्रां ब्रौं स्वाहा  
 हुं फट् धे धे स्वाहा ॥५॥

ॐ ध्रां श्रीं ध्रूं ध्रीं श्रीं ध्रः ॐ नमो भगवते भद्रजानिकटर्द्र-

वीर हनुमते... ..हीं हीं सागर हीं हीं वं वं सर्वं, मन्त्रार्थाथर्वण  
वेदसिद्धि कुरु कुरु स्वाहा ॥६॥

इस प्रकार श्री रामचन्द्र तथा शिवने वीरभद्र को तथा वीरभद्र  
ने उन दोनों को कहा । इस सारे विधि विधान को पूछा समझा आदि ।

इसे जो तीनों प्रातः मध्याह्न एवं सायं सन्ध्या के समय पढ़ता है  
उसको वे सभी वस्तुयें प्राप्त हो जाया करती हैं जो कि ऊपर लिखे मन्त्रों  
में निदिष्ट हैं ।

॥ सांगूलोपनिषद् समाप्त ॥



## गायत्री रहस्योपनिषत्

ॐ स्वस्ति सिद्धम् । ॐ नमो ब्रह्मणे । ॐ नमस्कृत्य याज्ञ-  
वल्क्यः ऋषिः स्वयंभुवं परिपृच्छति । हे ब्रह्मन् गायत्र्या उत्पत्तिं  
श्रोतुमिच्छामि । अथातो वसिष्ठ स्वयंभुवं परिपृच्छति । यो  
ब्रह्मा स ब्रह्मोवाच । ब्रह्मज्ञानोत्पत्तेः प्रकृतिं व्याख्यास्यामः ।  
को नाम स्वयंभू पुरुष इति । तेनाङ्गुलीमथ्यमानात् सलिल-  
मभवत् । सलिलात् फेनमभवत् । फेनाद्बुद्बुदमभवत् । बुद्बुदा-  
दण्डमभवत् । अण्डाद्ब्रह्ममभवत् । ब्रह्मणो वायुरभवत् । वायो-  
रग्निरभवत् । अग्नेरोङ्कारोऽभवत् । ओंकाराद्व्याहृतिरभवत् ।  
व्याहृत्याः गायत्र्यमभवत् । गायत्र्याः सावित्र्यमभवत् । सावित्र्याः  
सरस्वत्यमभवत् । सरस्वत्याः सर्वे वेदा अभवन् । सर्वेभ्यो वेदेभ्यः  
सर्वे लोका अभवन् । सर्वेभ्यो लोकेभ्यः सर्वे प्राणिनोऽभवन् ।

ॐ स्वस्ति । (कल्याण ॥ हो) : सबको सिद्धि प्राप्त हो । ब्रह्म को  
नमस्कार हो । इस प्रकार प्रमाण कर याज्ञवल्क्य स्वयंभुव से पूछते  
हैं—गायत्री की उत्पत्ति किस प्रकार है ? वह बोले—ब्रह्मज्ञान की उत्पत्ति  
की प्रकृति के आदि कारण की व्याख्या की जाती है । कौन स्वयंभू है ?  
वही पुराण पुरुष । उसने अङ्गुली का मन्थन करते हुए जल को उत्पन्न  
किया (उससे जल उत्पन्न हुआ) । जल से फेन, फेन से बुद्बुद् बुद्बुद् से  
अण्डा, अण्डे से ब्रह्मा, ब्रह्मा से वायु, वायु से अग्नि, अग्नि से ओंकार,  
ओंकार से व्याहृति, व्याहृति से गायत्री, गायत्री से सावित्री, सावित्री से  
सरस्वती, सरस्वती से सभी वेद, स । वेदों से सारे लोक और अन्त में  
सब लोकों से सारे प्राणी उत्पन्न हुए ।

अथातो गायत्री व्याहृतयश्च प्रवर्तन्ते । का च गायत्री काश्च व्याहृतयः । किं भूः किं भुवः किं सुवः किं महः किं जनः किं तपः किं सत्यं किं तत् किं सवितुः किं वरेण्यं किं भर्गः किं देवस्य किं धीमहि किं धियः किं यः किं नः किं प्रचोदयात् । ॐ भूरिति भुवो लोकः । भुव इत्यन्तरिक्षलोकः । स्वरिति स्वर्गलोकः । मह इति महर्लोकः । जन इति जनलोकः । तप इति तपोलोकः । सत्यमिति सत्यलोकः । तदति ददसौ तेजोमयं तेजोऽग्निर्देवता । सवितुरिति सविता सविता सावित्रमादित्यौ वै । वरेण्यमित्यत्र प्रजापतिः । भर्ग इत्यापो वै भर्गः । देवस्य इतीन्द्रो देवो द्योतक इति स इन्द्रस्तस्मात् सर्वपुरुषो नाम रुद्रः । धीमहीयत्नन्तरात्मा । धिय इत्यन्तरात्मा परः । य इति सदाशिव-पुरुषः । नो इत्यस्माकं स्वधर्मं । प्रचोदयादिति प्रचोदितकाम इमान् लोकान् प्रत्याश्रयते यः परो धर्म इत्येषा गायत्री ।

सो यहीं से गायत्री तथा व्याहृतिर्यां प्रवर्तित होती हैं ।

गायत्री कीन है ? व्याहृतिर्यां कीन हैं ? तथा भू भुवः, स्वः, महः जनः, तपः, सत्यं, तत्, सवितु वरेण्यं, भर्गः, देवस्य धीमहि, धियः, यः नः तथा प्रचोदयात् क्या हैं, किं स्वरूप हैं ?

उत्तर—ॐ । भूः ये भूलोक का वाचक है, भुवः आकाश का, स्वः स्वर्गलोक का, महः महर्लोक का, जनः जनलोक का, तपः तपोलोक का, सत्यम् सत्यलोक का, तत् तेजस्वी अग्नि देव का, सवितुः ये सूर्य का, वरेण्यम् यह प्रजापति ( ब्रह्मा ) का, भर्गः जल का, देवस्य यह तेजस्वी इन्द्र का ( जो परम ऐश्वर्य का द्योतक सर्वपुरुष नामक रुद्र से प्रसिद्ध है उसका ) धीमहि-यह अन्तरात्मा का, धियः ये दूसरी अन्तरात्मा (ब्रह्म) का, यः यह उस सदाशिव पुरुष का, नः यह अपने स्वरूप का ( हमारे इस अर्थ का वाचक ), इस प्रकार सभी यथोक्तकथ से तत्तत् स्वरूप के बोधक हैं । प्रचोदयात् यह प्रेरणा की इच्छा का द्योतक है । इन सभी लोकों का आश्रयण जो धर्म करादे वही गायत्री है ।

सा च किंगोत्रा कत्यक्षरा कतिपादा । कति कुक्षयः ।  
 कानि शीर्षाणि । सांख्यानगोत्रा सा चतुर्विंशत्यक्षरा गायत्री  
 त्रिपादा चतुष्पादा । पुनस्तस्याश्चत्वारः पादाः षट् कुक्षिकाः  
 पञ्च शीर्षाणि भवन्ति । के च पादाः काश्च कुक्षयः कानि  
 शीर्षाणि । ऋग्वेदोऽस्याः प्रथमः पादो भवति । यजुर्वेदो द्वितीयः  
 पादः । सामवेदस्तृतीयः पादः । अथर्ववेदश्चतुर्थः पादः । पूर्वा  
 दिक् प्रथमा कुक्षिर्भवति । दक्षिणा द्वितीया कुक्षिर्भवति ।  
 पश्चिमा तृतीया कुक्षिर्भवति । उत्तरा चतुर्थी कुक्षिर्भवति । ऊर्ध्व  
 पञ्चमी कुक्षिर्भवति । अधः षष्ठी कुक्षिर्भवति । व्याकरणोऽस्याः  
 प्रथमः शीर्षो भवति । शिक्षा द्वितीयः । कल्पस्तृतीयः । निरुक्तश्च-  
 तुर्थः । ज्योतिषामयनमिति पञ्चमः । का दिक् को वर्णः किमाय-  
 तनं कः स्वरः किं लक्षणं कान्यक्षरदैवतानि क ऋषयः कानि  
 छन्दांसि काः शक्तयः कानि तत्त्वानि के चावयवाः । पूर्वाद्यां भवतु  
 गायत्री । मध्यमायां भवतु सावित्री । पश्चिमायां भवतु सर-  
 स्वती । रक्ता गायत्री । श्वेता सावित्री । कृष्णा सरस्वती ।  
 पृथिव्यन्तरिक्षं द्यौरायतनानि ।

वह किस गोत्र वाली, कितने अक्षर वाली, कितने पाद वाली,  
 कितनी कुक्षि वाली है तथा उसके शीर्ष मूर्धादिस्थान कौन हैं ?

उत्त — वह सांख्यायन गोत्र वाली, चौबीस अक्षर वाली गायत्री  
 तीन पाद तथा चार पाद की है । फिर उसके चार पाद, छः कुक्षियाँ  
 तथा पाँच शिर हैं ।

कौन पाद हैं ? कुक्षियाँ कौन हैं ? शिर कौन हैं ?

ऋग्वेद इसका प्रथम पाद है । यजुर्वेद दूसरा, सामवेद तीसरा  
 तथा अथर्ववेद चौथा पाद है । पूर्व दिशा प्रथम कुक्षि, दक्षिण दिशा  
 दूसरी कुक्षि, पश्चिम तीसरी तथा उत्तर दिशा चौथी कुक्षि है । ऊर्ध्व  
 देश ( आकाश ) पाँचवीं कुक्षि तथा नीचे की भूमियाँ छठी कुक्षि हैं ।

ध्याकरण इसका पहला शिर, शिक्षा दूसरा, कल्प तीसरा, निरुक्ति चौथा तथा ज्योतिष पाँचवाँ शिर है ।

किस दिशा में, किस रङ्ग की अधिष्ठात्री देवियाँ स्थिति हैं ? उनका विस्तार क्या है ? स्वर, लक्षण क्या है ? किन अक्षरों की वह अधिष्ठातृ देवियाँ है ? कौन उनके ऋषि है ? कौन छन्द हैं ? कौन शक्तियाँ है ? कौन तत्त्व है तथा कौन अवयव है ?

पूर्व में गायत्री जिसका रंग लाल है, मध्यम में ( दक्षिण में ) सावित्री, जिसका रंग सफेद है, पश्चिम में सरस्वती, जिसका वर्ण काला है, स्थित हैं । ध्यान करने योग्य है ।

पृथिवी, आकाश तथा स्वर्ग इनके विस्तार स्थल निवास-स्थान हैं ।

अकारोकारमकाररूपोदात्तादिस्वरात्मिका । सर्वा सन्ध्या हंसवाहिनी ब्राह्मी । मध्यमा वृषभवाहिनी माहेश्वरी । पश्चिमा गरुडवाहिनी वैष्णवी । पूर्वार्द्धकालिका सन्ध्या गायत्री कुमारी । रक्ता रक्ताङ्गी रक्तवासिनी रक्तगन्धमात्यानुलेपनी पाशाङ्कुशाक्ष-मालाकमण्डलुवरहस्ता हंसारूढा ब्रह्मदेवत्या ऋग्वेदसहिता आदित्यपथगामिनी भूमण्डलवासिनी । मध्याह्नकालिका सन्ध्या सावित्री युवती श्वेताङ्गी श्वेतवासिनी श्वेतगन्धमात्यानुलेपनी त्रिशूलडमरुहस्ता वषभारूढा रुद्रदेवत्या यजुर्वेदसहिता आदित्य-पथगामिनी भुवोलोके व्यवस्थिता । सायं सन्ध्या सरस्वती वृद्धा कृष्णाङ्गी कृष्णवासिनी कृष्णगन्धमात्यानुलेपनी शङ्खचक्रगदाभय-हस्ता गरुडारूढा विष्णुदेवत्या सामवेदसहिता आदित्यपथगामिनी स्वर्गलोकव्यवस्थिता ।

ये तीनों अकार, उकार तथा मकार रूप उदात्तादि स्वरात्मक हैं ।

प्रातःकालीन जो सन्ध्या है, वह हंस पर बैठने वाली ब्रह्मा के



स्वरूप के समान, मध्यमा सन्ध्या बँल पर आरुढ़ शकर स्वरूपिणी तथा अन्तिम सायंकालीन गरुड के ऊपर स्थित तथा विष्णु स्वरूप चतुर्भुजा शङ्खादिवरा हैं ।

पूर्वाह्निकाल वाली सन्ध्या गायत्री. कुमारी लाल वर्ण, लाल वस्त्र वाली, लाल चन्दन, लाल मालायों को धारण करने वाली, पाश, अंकुश, अक्षमाला कमण्डलु आदियों से शोभित हाथ वाली, हँस में बैठी, ब्रह्माधि-देवता, ब्रह्मस्वरूपिणी ऋग्वेद सहित, सूर्य के मार्ग में विचरण करने वाली तथा पृथिवी पर निवास करने वाली है ।

मध्याह्न काल वाली जो सन्ध्या है वह युवती, स्वच्छ सफेद वर्ण वाली, सफेद वस्त्रों को धारण करने वाली, सफेद चन्दन तथा मालायें धारण करने वाली, त्रिशूल तथा डमरू धारण किए, बँल पर बैठी, रुद्राधिदेवता, यजुर्वेद युक्त (यजुर्वेद जिसके एक हाथ में पुस्तक रूप में विराजमान है ) सूर्य मार्ग में सञ्चरण करने वाली, आकाश में स्थित रहने वाली है ।

सायंकालीन सन्ध्या सरस्वती है । वह बूढ़ी काले रङ्ग की, काले वस्त्रों को धारण करने वाली, काले गन्ध तथा माला का अनुलेपन करने वाली, शङ्ख, चक्र तथा गदा लिए गरुड पर स्थित विष्णु अधिदैवत्य ( विष्णु जिसका अधिदेवता है ) सामवेद युक्त सूर्य मार्गगामी तथा स्वर्ग लोक में निवास करने वाली है ।

अग्निवायुसूर्यरूपाऽऽहवनीयगार्हपत्यदक्षिणाग्निरूपा अग्न्यजुः-  
सामरूपाभूर्भुवःस्वरितिध्याहृतिरूपाप्रातर्मध्याह्नतृतीयसवनात्मिका  
सत्वरजस्तमोगुणात्मिका जाग्रत्स्वप्नषुसुप्तरूपा वसुरुद्रादित्यरूपा  
गायत्रीत्रिष्टुब्जगतीरूपा ब्रह्मशङ्करविष्णुरूपेच्छाज्ञानक्रियाशक्ति-  
रूपा स्वराडविराड्वषट् ब्रह्मरूपेति । प्रथममाग्नेयं द्वितीयं प्राजा-  
पत्यं तृतीयं सौम्यं चतुर्थमीशानं पञ्चममादित्यं षष्ठंगार्हपत्यं सप्तमं

मैत्रमण्डलं भगदेवतं नवममार्यमणं दशमं सावित्रमेकादशं त्वाष्ट्रं  
द्वादशं पौष्णं त्रयोदशमैन्द्राग्नं चतुर्दशं वायव्यं पञ्चदशं वामदेव  
पोडशं मैत्रावरुणं सप्तदशं भ्रातृव्यमष्टादशं वैष्णवमेकोनविंशं  
वामनं विंशं वैश्वदेवमेकविंशं रौद्रं द्वाविंशं कौबेरं त्रयोविंशमाश्विनं  
चतुर्विंशं ब्राह्ममिति प्रत्यक्षरदेवतानि । प्रथमं वासिष्ठं द्वितीयं  
भारद्वाजं तृतीयं गार्ग्यं चतुर्थं पौपमन्यवं पञ्चमं भार्गवं षष्ठं  
शाण्डिल्यम् सप्तमम् लीहितमण्डलं वैष्णवम् नवमम् शातातपम्  
दशमम् सनत्कुमारमेकादशम् वेदव्यासम् द्वादशम् शुकम् त्रयो-  
दशम् पाराशर्यम् चतुर्दशम् पौण्ड्रकम् पञ्चदशम् क्रतुम् पोडशम्  
दाक्षाम् सप्तदशम् काश्यपमष्टादशमात्रेयमेकोनविंशमगस्त्यं  
विंशमोद्दालकमेकविंशमांगिरसम् द्वाविंशम् नामिकेतुं त्रयोविंशम्  
मौद्गल्यम् चतुर्विंशमाङ्गिरसं वैश्वामित्रमिति प्रत्यक्षराणामृषयो  
भवन्ति ।

ये गायत्री अग्नि वायु सूर्यरूप, आहवनीय, गार्हपत्य, दक्षिणाग्नि  
बह्मिरूप, ऋक् यजु तथा सामवेद स्वरूप, भूः, भुवः तथा स्व व्याहृति  
रूप, प्रातः मध्याह्न तथा सायंकालीन यजु की आत्मस्वरूप, सत्व, रज  
तथा तम गुण वाली, जाग्रत स्वप्न, सुषुप्ति का प्रतीक, वसु, रुद्र तथा  
आदित्यात्मक गायत्री, त्रिष्टुप् जगती जो छन्द तन्मयी, ब्रह्म, शंकर  
एवं विष्णु के स्वरूप वाली, इच्छा, ज्ञान तथा क्रिया रूप जो शक्ति  
तत्त्वरूप स्वराट्, विराट् तथा वषट् रूप जो ब्रह्म तन्मया है ।

इसका प्रथम अक्षर अग्नि देवत्य, दूसरा प्रजापति देवत्य, तीसरा  
इन्द्र देवत्य, चौथा ईशान, ( शिव ), पाँचवाँ आदित्य, छठा गार्हपत्य  
( अग्नि विशेष ), सातवाँ मैत्र, आठवाँ भग देवत्य, नौवाँ अर्यमा देवत्य,  
दसवाँ सविताधि देवत्य, ग्यारहवाँ त्वष्टा, बारहवाँ पूषा, तेरहवाँ  
इन्द्राग्नि, चौदहवाँ वायु, पन्द्रहवाँ वामदेव, सोलहवाँ मैत्रावरुण, सत्रहवाँ  
भ्रातृव्य, अठारहवाँ विष्णु देवत्य, उन्नीसवाँ वामन, बीसवाँ वैश्वदेव,

इक्कीसवाँ रुद्र दैवत्य, बाईसवाँ कुवेर दैवत्य, तेईसवाँ अश्विनी कुमार दैवत्य तथा चौबीसवाँ अक्षर ब्रह्माधिदैवत्य है ।

पहले अक्षर का ऋपि वशिष्ठ, दूसरे का भारद्वाज, तीसरे का गंग, चौथे का उपमन्यु, पाँचवें का भृगु ( भार्गव ), छठे का शांडिल्य, सातवें का लोहित, अठवें का विष्णु, नौवें का शातातप, दसवें का सनत्कुमार, ग्यारहवें का वेद व्यास, बारहवें का शुकदेव, तेरहवें का पाराशर्य, चौदहवें का पौंड्रकर्म, पन्द्रहवें का कृत्तु, सोलहवें का दक्ष, सत्रहवें का ऋक्षप, अठारहवें का अत्रि, उन्नीसवें का अगस्त्य, बीसवें का उद्दालक, इक्कीसवें का अङ्गिरस, बाईसवें का नामिकेतु, तेईसवें का मुद्गल, चौबीसवें का अङ्गिरागोत्रज विश्वामित्र ये क्रमशः ऋपि हैं । ( अर्थात् गायत्री के जो चौबीस अक्षर उनके हृत्ता ये चौबीस ऋपि हैं । )

गायत्रीत्रिष्टुब्जगत्यनुष्टुप्पङ्क्तिर्वृहत्युष्णिगदितिरिति त्रिरावृत्तो न छन्दांसि प्रतिपाद्यन्ते । प्रह्लादिनी प्रज्ञा विश्वभद्रा विलासिनी प्रभा शान्ता मा कान्तिः स्पर्शा दुर्गा सरस्वती विरूपा विशालाक्षी शालिनी व्यापिनी विमला तमोऽपहारिणी सूक्ष्मा-वयवा पद्मालया विरजा विश्वरूपा भद्रा कृपा सर्वतोमुखीति चतुर्विंशतिशक्तयो निगद्यन्ते । पृथिव्यप्तेजोवाय्वाकाशगन्धरसरूपस्पर्शशब्दवाक्यानि पादपायूपस्थत्वक्चक्षुःश्रोत्रजिह्वाघ्राणमनोबुद्ध्यहङ्कारचित्तज्ञानानीति प्रत्यक्षराणां तत्त्वानि प्रतीयन्ते । चम्पकातसीकुङ्कुमपिङ्गलेन्द्रनीलाग्निप्रभोद्यत्सूर्यविद्युत्तारकसरोज-गौरमरकतशुक्लकुन्देन्दुशङ्खपाण्डुनेत्रनीलोत्पलचन्दनागुरुकस्तूरी-गोरोचनघनसारसन्निभम् प्रत्यक्षरमनुस्मृत्य समस्तपातकोपपातक-महापातकागम्यागमनगोहृत्याब्रह्महृत्याभ्रूणहृत्या वीरहृत्यापुरुष-हृत्याऽऽजन्मकृतहृत्यास्त्रीहृत्यागुरुहृत्यापितृहृत्याप्राणहृत्याचराचर-हृत्याऽभक्ष्यभक्षणप्रतिग्रहस्वकर्मविच्छेदनस्वाम्यातिहीनकर्मकरण-परधनापहरणशूद्रान्नभोजनशत्रुमारणचण्डालीगमानादिसमस्तपाप-हरणार्थम् संस्मरेत् ।

गायत्री, त्रिष्टुप्, जगती अनुष्टुप्, पङ्क्ति, बृहती, उणिक् ये चिरावृत ( तीन आवृत्ति युक्त ) छन्द गिनाये जाते हैं ।

इसकी चौबीस शक्तियाँ इस प्रकार है—प्रह्लादिनी, प्रजा, विश्वभद्र, विलासिनी प्रभा, शान्ता, मा, कान्ति, स्पर्धा, दुर्गा, सरस्वती, विरूपा, विशालाक्षी, शालिनी, व्यापिनी, विमला, तमोऽपहारिणी, मूक्षमा-वयवा, पद्मलया, विरजा, विश्वरूपा, भद्रा, कृपा तथा सर्वतोमुखी ।

पृथ्वी, जल, तेज, वायु, आकाश, गन्ध, रस, रूप, स्पर्श, शब्द, वाक्य, पैर, मल मूत्रेन्द्रियाँ, त्वचा, आँख, कान, जीभ, नाक, मन, बुद्धि, अहङ्कार, चित्त तथा ज्ञान ये गायत्री के प्रत्येक अक्षर के तत्त्व हैं ।

चम्पा, अतसी, ( एक नीला फूल ) कुङ्कुम, पिङ्गल, इन्द्र, नील, अग्निप्रभा, उद्यत्सूर्य, विद्युत्तारक, सरोज, गौर मरकत, शुकल, कुन्द, इन्दु, शङ्ख, पांडु नेत्र नील कमल चन्दन अगुरु, कस्तूरी, गोरोचना, कपूर के समान इन प्रत्येक अक्षरों का आश्रय सभी पाप उपपातक, महापातक, अगम्यागमन ( जिनसे योनि सम्बन्ध नहीं होना चाहिये उनसे योनि सम्बन्ध करना आदि ), गोहत्या, ब्रह्मा हत्या, भ्रूण ( गर्भपात ) हत्या, वीर हत्या, पुरुष हत्या, सारे जन्मों में की हुई हत्यायें, स्त्री हत्या, गुरु हत्या, पितृ हत्या, आत्मघात, चराचर जीवों की हत्या, जो खाने लायक नहीं उन्हें खाने से होने वाली हत्या, दान व अपने कर्म का त्याग, स्वामी की सेवा से पराङ्गमुख कर्म करने वाला दूसरे के धन को चुराने से होने वाले पाप, शूद्र के अन्न को खाने, शत्रु घात, चाण्डाली से योनि सम्बन्ध रखना आदि सारे पापों के हरण के लिए याद करना चाहिये ।

मूर्धा ब्रह्मा शिखान्तो विष्णुर्ललाटं रुद्रश्चक्षुषी चन्द्रादित्यौ कर्णौ शुक्रबृहस्पती नासापुटे अश्विनौ दन्तोष्ठावुभे सन्ध्ये मुखं मरुतः स्तनौ वस्वादयो हृदयं पर्जन्य उदरमाकाशो नाभिरग्निः कटिरिन्द्राग्नी जघनं प्राजापत्यमूरु कैलासमूलं जानुनी विश्वेदेवौ

जङ्घे शिशिरः गुल्फानि पृथिवीवनिस्पत्यादीनि नखानि महती  
अस्थीनि नवग्रहा असृक्के तुर्मासमृतसन्धयः कालद्रुमास्फालनं  
संवत्सरोनिमेषोऽहोरात्र मिति वाग्देवीं गायत्रीं शरणमहं प्रपद्ये ।

य इदं गायत्रीरहस्यमधीते तेन ऋत्नसहस्रमिष्टं भवति ।  
य इदं गायत्रीरहस्यमधीते दिवसकृतं पापं नाशयति । प्रातर्मध्या-  
ह्नयोः पण्मासकृतानि पापानि नाशयति । सायं प्रातर्धीयानो  
जन्मकृतं पापं नाशयति । य इदं गायत्रीरहस्यं ब्राह्मणः पठेत्  
तेन गायत्र्याः पण्डितसहस्रलक्षाणि जप्तानि भवन्ति । सर्वान् वेदान-  
धीतो भवति । सर्वेषु तीर्थेषु स्नातो भवति । अपेयपानात् पूतो  
भवति । अभक्ष्यभक्षणात् पूतो भवति । वृषलीगमनात् पूतो  
भवति । अन्नहमचारी ब्रह्मचारी भवति । पण्डितसहस्रलक्षानां  
पूतो भवति । अष्टौ ब्राह्मणान् ग्राहयित्वा ब्रह्मलोकं स गच्छति ।  
इत्याह भगवान् ब्रह्मा ।

मैं ऐसी बाणी की अधिष्ठात्री देवी गायत्री का आश्रय लेता हूँ  
कि शिर ब्रह्मण्य, शिखान्त भाग विष्णु, ललाट (मस्तक) रुद्र, आँखें सूर्य  
तथा चन्द्रमा कान, श्रुक्राचार्य तथा बृहस्पति नाक के रुद्र अधिवनी-  
कुमार दाँतों के होठ दोनों संध्यायें मुख मरुत् (वायु) स्तन वसु आदि,  
हृदय बादल, पेट आकाश, नाभि अग्नि, कमर इन्द्र तथा अरिज जाँघ  
प्राजापत्य उरुद्वय कैलाश के मूलस्थल, घुटने विश्वेदेव, जाङ्घायें शिशिर,  
गुल्फ (पृथ्वी की वनस्पति आदि) नख महान् तत्व हृडियाँ नवग्रह,  
अन्तर्द्वियाँ केतु, भाँत ऋतु सन्धियाँ, दोनों कालों का (गमन) बोधक,  
वर्ष तथा निमेष दिन एवं रात हैं ।

जो इस गायत्री का अव्ययन करता है उसने तो भानो हजारों  
यज्ञ कर लिए । जो इस गायत्री रहस्य को पढ़ता है वह दिन में किए  
पापों को नष्ट कर देता है ।

जो सुबह एवं मध्याह्न में इसे पढ़ता है, वह अपने छः महीने के  
पापों से मुक्त हो जाता है । जो प्रतिदिन प्रातः सायं इसका अव्ययन

करे, वह सारे जन्म के पापों को नष्ट कर देता है। जो ब्राह्मण इस गायत्री रहस्य को पढ़े तो उसने मानों गायत्री मन्त्र को साठ हजार लाख बार जप लिया है।

उसने सारे वेदों का अध्ययन कर लिया। सभी तीर्थों में उसने स्नान कर लिया। न पीने लायक (शराब आदि) को पीने से जो पाप होता है उससे भी मुक्त हो जाता है। न खाने लायक को खाने से हुए पाप से मुक्त हो जाता है।

ब्रह्मचारी न भी हो तो ब्रह्मचारी के समान तेजस्वी हो जाता है। पत्नियों में हजार बार (अपेय) पान कर पवित्र हो जाता है। तथा आठ ब्राह्मणों को इसका ग्रहण करवाकर, बताकर समझाकर ब्रह्मलोक को चला जाता है। ये सब भगवान् (प्रजापति) ब्रह्मा ने इस प्रकार उत्तर देकर समझाया।

॥ गायत्री रहस्योपनिषद् समाप्त ॥

## सावित्र्युपनिषत्

ॐ आप्यायन्तु ममाङ्गानि वाक् प्राणश्चक्षुः श्रोत्रमथ  
बलमिन्द्रियाणि च सर्वाणि । सर्वं ब्रह्मोपनिषद् माहं ब्रह्म निरा-  
कुर्या मा मा ब्रह्म निराकरोदनिराकरणमस्त्वनिराकरणं मेऽस्तु ।  
तदात्मनि निरते य उपनिषत्सु धर्मास्ते मयि सन्तु, ते मयि सन्तु ।  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

मेरे अङ्ग वृद्धि को प्राप्त हों; वाणी, घ्राण, चक्षु, श्रोत्र, बल  
और सब इन्द्रिया वृद्धि को प्राप्त हों । सब उपनिषद् ब्रह्मरूप हैं । मुझ से  
ब्रह्म का त्याग न हो और ब्रह्म मेरा त्याग न करे । ऐसे ब्रह्मरत रहते  
हुये मुझको उपनिषदों में प्रतिपादित ब्रह्म की प्राप्ति हो । ॐ शान्तिः,  
शान्तिः शान्तिः ।

कः सविता का सावित्री ? अग्निरेव सविता पृथिवी  
सावित्री स यत्राग्निस्तत् पृथिवी यत्र वा पृथिवी तत्ताग्निस्ते द्वे  
योनिस्तदेकं मिथुनम् ॥१॥ कः सविता का सावित्री ? वरुण एव  
सविताऽऽपः सावित्री स यत्र वरुणस्तदापो यत्र वा आपस्तद्वरुण-  
स्ते द्वे योनिस्तदेकं मिथुनम् ॥२॥ कः सविता काः सावित्री ?  
वायुरेव सविताऽऽकाशः सावित्री स यत्र वायुस्तदाकाशो यत्र वा  
आकाशस्तद्वायुस्ते द्वे योनिस्तदेकं मिथुनम् ॥ ३ ॥ कः सविता का  
सावित्री ? यज्ञ एव सविता छन्दांसि सावित्री स यत्र यज्ञस्तच्छ-  
न्दांसि यत्र वा छन्दांसि स यज्ञस्ते द्वे योनिस्तदेकं मिथुनम् ॥४॥  
कः सविता का सावित्री ? स्तनयित्तुरेव सविता विद्युत् सावित्री

स यत्र स्तनयित्नुस्तद्विद्युत् यत्र वा विद्युत् तस्तनयित्नुस्ते द्वे योनिस्तदेकं मिथुनम् ॥ ५ ॥ कः सविता का सावित्री ? आदित्य एव सविता द्यौः सावित्री स यत्रादित्यस्य ह्ययोर्यत्र वा द्यौस्तदादित्यस्ते द्वे योनिस्तदेकं मिथुनम् ॥ ६ ॥ कः सविता का सावित्री ? चन्द्र एव सविता नक्षत्राणि सावित्री स यत्र चन्द्रस्तन्नक्षत्राणि यत्र वा नक्षत्राणि स चन्द्रमास्ते द्वे योनिस्तदेकं मिथुनम् ॥ ७ ॥ कः सविता का सावित्री ? मन एव सविता वाक् सावित्री स यत्र वा मनस्तद्वाक् यज्ञ वा वाक् तन्मनस्ते द्वे योनिस्तदेकं मिथुनम् ॥ ८ ॥ कः सविता का सावित्री ? पुरुष एव सविता स्त्री सावित्री स यत्र पुरुषस्तत् स्त्री यत्र वा स्त्री तत् पुरुषस्ते द्वे योनिस्तदेकं मिथुनम् ॥ ९ ॥

सविता किसे कहते और सावित्री किसे ? अग्नि सविता और पृथिवी सावित्री हैं । जहाँ अग्नि है वहीं पृथिवी है और जहाँ पृथिवी है वहीं अग्नि है । वे दोनों योनि अर्थात् संसार के जन्मदाता हैं, वे दोनों एक युग्म हैं । सविता किसे कहते हैं और सावित्री किसे ? वरुण देव ही सविता है और जल ही सावित्री, जहाँ वरुण देवता है वहीं जल है और जहाँ जल है वहीं वरुण देवता है । दोनों योनि अर्थात् संसार के उत्पत्तिकर्ता हैं । वे दोनों एक युग्म हैं । सविता किसे कहते हैं और सावित्री किसे ? वायु सविता है और आकाश सावित्री । जहाँ वायु देव है वहीं आकाश है । जहाँ आकाश है वहीं वायु देव है । ये दोनों योनि हैं, एक युग्म हैं । सविता किसे कहते हैं और सावित्री किसे ? यज्ञ देव सविता है और छन्द सावित्री । जहाँ यज्ञ देव है वहीं छन्द है । जहाँ छन्द है वहीं यज्ञ देव है । वे दोनों योनि हैं एक युग्म हैं । सविता किसे कहते हैं और सावित्री किसे ? गरजन करने वाले बादल सविता है और विद्युत् सावित्री । जहाँ गरजन करने वाले बादल हैं, वहीं विद्युत् है । जहाँ



विद्युत हैं वहीं गरजन करने वाले बादल हैं । वे दोनों एक योनि हैं, एक युग्म हैं । सविता किसे कहते हैं और सावित्री किसे ? सूर्य को सविता कहते हैं और ब्रूलोक को सावित्री । जहाँ सूर्यदेव हैं वहीं ब्रूलोक हैं, जहाँ ब्रूलोक हैं, वहीं सूर्यदेव हैं । वे दोनों योनि हैं, एक युग्म हैं । सविता किसे कहते और सावित्री किसे ? चन्द्रदेव को ही सविता कहते हैं और नक्षत्र को सावित्री । जहाँ चन्द्रदेव हैं वहीं नक्षत्र हैं । जहाँ नक्षत्र है वहीं चन्द्रदेव हैं । वे दोनों एक योनि हैं, एक युग्म हैं । सविता किसे कहते हैं और सावित्री किसे ? मन को ही सविता कहा गया है और वाणी को सावित्री, जहाँ मन है वहीं वाणी है, जहाँ वाणी है वहीं मन है । वे दोनों एक योनि हैं, एक युग्म हैं । सविता किसे कहते हैं और सावित्री किसे ? पुरुष को ही सविता कहा गया है और स्त्री को सावित्री । जहाँ पुरुष है वहीं स्त्री है, जहाँ स्त्री है वहीं पुरुष है । वे दोनों एक योनि हैं । एक युग्म हैं ॥ १-६ ॥

तस्या एव (ष) प्रथमः पादो भूस्तत्सवितुर्वरेण्यमित्यग्निर्वै वरेण्यमापो वरेण्यं चन्द्रमा वरेण्यम् ॥ १० ॥ तस्या एव (ष)-द्वितीयः पादो भर्गमयो भुवो भर्गो देवस्य धीमहीत्यग्निर्वै भर्ग आदित्यो वै भर्गश्चन्द्रमा वै भर्गः ॥ ११ ॥ तस्या एव तृतीयः पादः स्वधियो यो नः प्रचोदयादिति स्त्री चैव पुरुषश्च प्रजयनतः ॥ १२ ॥

यो वा एतां सावित्रीमेवं वेद स पुनर्मृत्युं जयति ॥ १३ ॥

सावित्री का पहला पाद—‘भूः—तत्सवितुर्वरेण्यम्’ है । अग्नि, जल व चन्द्रमा देवता ही वरेण्य हैं । सावित्री का दूसरा पाद है ‘भुवः—भर्गो देवस्य धीमहि’ वह तेजोमय है । अग्नि, सूर्य व चन्द्रमा देवता ही वह भर्ग तेज हैं । सावित्री का तीसरा पाद है ‘धियो योनः प्रचोदयात् ।’

इस सावित्री देवी को जो स्त्री और पुरुष गृहस्थ धर्म का पालन करते हुए समझते हैं वे मृत्यु से छूट जाते हैं अर्थात् पुनः जन्म नहीं लेते ॥ १०—१३ ॥

बलातिबलयोविराट् पुरुष ऋषिः । गायत्री छन्द । गायत्री देवता । अकारोकारमकारा बीजाद्याः । क्षुधाऽऽदिनिरसने विनियोगः । क्लामित्यादि षडङ्गम् । ध्यानम्—  
अमृतकरतलाग्नौ सर्वसंस्त्रीवनाढ्या-  
वचहरणसुदक्षो वेदसारे मयूखे ।  
प्रणवमयविकारो भास्कराकारदेही  
सततमनुभवेऽहं तौ बलातिबलान्तौ ॥

ओ३म् ह्रीं बले महादेवि ह्रीं महाबले क्लीं चतुर्विधपुरुषार्थसिद्धिप्रदे तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्त वरदात्मिके अतिबले सर्वदयामूर्ते बले सर्वक्षुच्छमोपनाशिनी धीमहि धियो यो नजति प्रचुर्या या प्रचोदयात्मिके प्रणवशिरस्कात्मिके हुं फट् स्वाहाः ॥ १४ ॥

एवं विद्वान् कुतकृत्यो भवति सावित्र्या एव सलोकतां जयतीत्युपनिषत् ॥ १५ ॥

बलि अतिबलि नाम की दो विद्याओं के ऋषि विराट् पुरुष हैं और उनका छन्द और देवता गायत्री हैं । उसका 'अ'कार बीज है और 'उ'कार शक्ति । उनका 'म'कार कोलक है । भ्रूर की निवृत्ति के लिए इसका विनियोग है । क्लीं के माध्यम से इनका पठनुम्नास्य करना चाहिए । ॐ क्लीं हृदयाय नमः, ॐ क्लीं शिरसे स्वाहा, ॐ क्लीं शिखायै वषट्, ॐ क्लीं कवचाय हुम, ॐ क्लीं नेत्रयाय वीपट्, ॐ क्लीं अस्त्राय फट् ।' अब ध्यान का वर्णन किया जाता है । मैं उन बला अतिबला

विद्याओं के देवताओं को सदैव अनुभव करता हूँ जो सूर्य के समान चमकते हुए शरीर वाले, प्रणव स्वरूप, किरणात्मक, वेदों के साररूप, पापों को समाप्त करने में दक्ष, सब तरह की सञ्जीवनी शक्तियों से अधिष्ठित हैं और जिनके हाथ अमृत से भरे हुए हैं। बलि और अतिबलि दोनों विद्याओं के देवताओं का मन्त्र इस प्रकार है:—

१७ ह्रीं बले महादेवि ह्रीं महाबले बलीं चतुर्विधं पुरुषार्थं सिद्धि-  
प्रदे तत्सवतुर्वरदात्मिके ह्रीं वरेण्यं भर्गो देवस्य वरदात्मिके अतिबले सर्व-  
दयामूर्ते बले सर्पक्षुत्भ्रमोपनाशिनि धीमहिषियो या नो जाते ऋचुर्यं या  
प्रचोदयायत्मिके प्रणवशिरस्कात्मिके हुं फट् स्वाहा ।

इस तरह इन विद्याओं को जानने वाला धन्य हो जाता है। वह सावित्री देवी के लोक में पहुँचने की सामर्थ्य रखता है। यह उपनिषद् है ॥ १४ ॥

॥ सावित्र्युपनिषद् समाप्त ॥

## सरस्वतीरहस्योपनिषत्

ॐ वाङ् मे मनसि प्रतितिष्ठता मनो मे वाचि प्रतितिष्ठता-  
विरावीर्मे एधि वेदस्य म आणीस्यः श्रुतं मे माप्रहासीरनेना-  
धीतेनाहोरात्रात्संदधाम्यृतं वदिष्यामि । सत्यं वदिष्यामि ।  
तन्माभवतु । तद्वक्तारमवतु । अवतु माम् । अवतु वक्तारमवतु  
वक्तारम् । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

शान्तिपाठ—ॐ मेरी वाणी मन में स्थिर हो, मन वाणी में स्थिर  
हो, हे स्वयं प्रकाश आत्मा ! मेरे सम्मुख तुम प्रकट होओ । हे वाणी  
और मन ! तुम दोनों मेरे वेद ज्ञान के आधार हो, इसलिये मेरे  
वेदाभ्यास का नाश न करो । इस वेदाभ्यास ही मैं रात्रि-दिन व्यतीत  
करता हूँ । मैं ऋतु भाषण करूँगा, सत्य भाषण करूँगा, मेरी रक्षा  
करो, वक्ता की रक्षा करो, मेरी रक्षा करो, वक्ता की रक्षा करो,  
वक्ता की रक्षा करो । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

ऋषयो ह वै भगवन्तमाश्र्लायन् संपूज्य पप्रच्छु—

केनोपायेन तज्ज्ञानं तत्पदार्थविभासकम् ।

यदुपासनया तत्त्वं जानासि भगवन् वद ॥१॥

सरस्वतीदशश्लोक्या सञ्चत्वा बीजमिश्रया ।

स्तुत्वा जप्त्वा परां सिद्धमलभं मुनिपुंगवाः ॥२॥

ऋषय ऊचुः—

कथं सारस्वतप्राप्तिः केन ध्यानेन सुव्रत ।

महासरस्वती येन तुष्टा भगवती वद ॥३॥

त होवाचाश्वलायनः—

अस्य श्रीसरस्वतीदशश्लोकमहामन्त्रस्य—अहमाश्वलायन  
ऋषिः । अनुष्टुप्छन्दः । श्रीवागीश्वरी देवता । यद्वागिति  
बीजम् । देवीं वाचमिति शक्तिः । प्रणो देवीति कीलकम् ।  
विनियोगस्तत्प्रीत्यर्थे । श्रद्धा मेधा प्रज्ञा धारणा वाग्देवता  
महासरस्वतीत्येतैरङ्गन्यासः ॥ ४ ॥

एक समय की बात है भगवान् आश्वलायन के निकट ऋषिगण  
गये और उनकी विधिवत् पूजा कर प्रश्न किया 'भगवन् ! जिस ज्ञान  
के द्वारा 'तत्' पदात्मक परमेश्वर का स्पष्ट बोध होता है, उस ज्ञान की  
प्राप्ति किस प्रकार हो ? आपको जिस देवता की उपासना द्वारा तत्त्व-  
ज्ञान की प्राप्ति हुई है, इसके सम्बन्ध में बताने की कृपा करिये ।'

भगवान् आश्वलायन ने कहा—'ऋषियो ! मैंने बीज मन्त्र सहित  
दस ऋषियों वाली सरस्वती दशश्लोकी के द्वारा उपासना करते हुए  
परासिद्धि को प्राप्त किया है ।'

ऋषियों ने पुनः प्रश्न किया—'हे श्रेष्ठजनी महर्षे ? उस सरस्वत  
मन्त्र की उपलब्धि आपको किस ध्यान के द्वारा किस प्रकार हुई, जिससे  
आप पर भगवती महासरस्वतीजी का अनुग्रह हुआ है । हमारे प्रति भी  
उस उपाय को कहने की कृपा करें ।'

इस पर उन प्रसिद्ध आश्वलायन ने कहा—'इस श्री सरस्वती  
दशश्लोकी महामन्त्र का ऋषि मैं ही हूँ । इसका छन्द अनुष्टुप, देवता  
वागीश्वरी और बीज यद्वाग् है । शक्ति 'देवीं वाच' कीलक 'प्रणो देवी'  
है । इसका विनियोग श्री वागीश्वरी देवता के प्रीत्यर्थ है । अङ्गन्यास  
श्रद्धा, मेधा, प्रज्ञा, धारणा, वाग्देवता और महासरस्वती इन नान-मन्त्रों  
से किया जाता है ॥ १—४ ॥

नीहारहारधनसारसुधाकराभां

कल्याणदां कनकचम्पकदामभूषाम् ।  
उत्तुंगपीनकुचकुम्भमनोहरांगीं  
वाणीं नमामि मनसा वचसां विभूत्यै ॥५॥

प्रणो देवीत्यस्य मन्त्रस्य—भरद्वाज ऋषिः । गायत्री छन्दः ।  
श्रीसरस्वती देवता । प्रणवेन बीज । शक्तिकीलकम् । इष्टार्थे  
विनियोगः । मन्त्रेण न्यासः ॥ ६ ॥

या वेदांतार्थतत्त्वैकस्वरूपा परमेश्वरी ।  
नामरूपात्मना व्यक्ता सा मां पातु सरस्वती ॥७॥  
ॐ प्रणो देवी सरस्वती वाजेभिर्वाजिनीवती ।  
धीनामविश्रयवतु ॥८॥

आ नो दिव इति मन्त्रस्य—अत्रिऋषिः । त्रिष्टुप् छन्दः ।  
सरस्वती देवता । ह्रीमिति बीजशक्तिकीलकम् । इष्टार्थे विनि-  
योगः । मन्त्रेण न्यासः ॥ ९ ॥

या संगोपांगवेदेषु चतुर्ष्वेकेव गीयते ।  
अद्वैता ब्रह्मणः शक्तिः सा मां पातु सरस्वती ॥१०॥  
ह्रीं आ नो दिवो बृहतः पर्वतादा  
सरस्वती यजता गन्तु यज्ञम् ।  
हवं देवी जुजुषाणा घृताची  
शग्मां नो वाचमुशती शृणोतु ॥११॥

पावका न इति मन्त्रस्य—मधुच्छन्दा ऋषिः । गायत्री  
छन्दः । सरस्वती देवता । श्रीमिति बीजशक्तिकीलकम् । इष्टार्थे  
विनियोगः मन्त्रेण न्यासः ॥ १२ ॥

या वर्णपदवाक्यार्थस्वरूपेणैव वर्तते ।  
अनादिनिधनाज्जन्ता सा मां पातु सरस्वती ॥१३॥

श्रीं पावका नः सरस्वती वाजेभिर्वाजिनीवती ।

यज्ञं वण्डुं धिया वसुः ॥ १४

चोदयित्रीति मन्त्रस्य—मधुच्छन्दा ऋषिः । गायत्री छन्दः । सरस्वती देवता । ब्रूमिति बीजशक्तिकीलकम् । मन्त्रेण न्यासः ॥ १५ ॥

ध्यान इस प्रकार करना चाहिए—‘कल्याण प्रदायिनी, हिम, कपूर, मुक्ता अथवा चन्द्रप्रभा के समान शुभ्र कान्तिवती, सुवर्ण के समान पीले चम्पक पुष्पों की माला से अलंकृत, उन्नत सुपुष्ट वक्ष सहित सुन्दर अंगवाली वागेश्वरी को मन और वाणी द्वारा विभूति की सिद्धि के निमित्त नमस्कार करता हूँ ।’

‘ॐ प्रमो देवी’ मन्त्र के ऋषि भरद्वाज, छन्द गायत्री और देवता सरस्वतीजी हैं । ॐ नमः’ बीज, शक्ति तो है ही, साथ ही कीलक भी हैं । अभीष्ट कार्य की सिद्धि के निमित्त इसका विनियोग और मंत्र के द्वारा अङ्गन्यास किया जाता है ।

‘जिस सरस्वती का स्वरूप वेदांत का सारभूत ब्रह्मतत्त्व ही है और जो विभिन्न नाम रूपों में प्रकट हैं, वे सरस्वती मेरी रक्षिका हों ।’ दान से सुशोभित होने वाली, स्तोताओं की रक्षिका एवं अन्नवती भगवती सरस्वती हम साधकों को अन्न से परिपूर्ण करें ।

‘आ नौ दिवा०’ इस मंत्र के ऋषि अत्रि, छन्द त्रिष्टुप् और देवता सरस्वती हैं । ‘ह्रीं बीज, शक्ति और कीलक है । इच्छित कार्य की सिद्धि के लिए इसका विनियोग तथा इसी मन्त्र द्वारा न्यास किया जाता है ।

‘वेदों और उनके अङ्ग-उपांगों में जिन एक देव की स्तुति की जाती है तथा जो परमब्रह्म की अद्वैत शक्ति हैं, वे भगवती सरस्वती हमारी रक्षिका हों ॥ ५—१० ॥

हमारे द्वारा उपासना के योग्य देवी सरस्वती ज्योतिर्मान् सुलोक से नीचे पर्वताकार मेघों के मध्य होती हुई हमारे यज्ञ में पधारें । वे देवी हमारे स्तोत्र से प्रसन्न होकर स्वेच्छा से हमारे सुख उत्पन्न करने वाले स्तोत्रों को श्रवण करें ॥ २ ॥

‘पावकानः’ इस मन्त्र के ऋषि मधुच्छन्दा, छन्द गायत्री, देवता सरस्वती हैं । बीज, शक्ति और कीलक ‘ओ’ है । इसका विनियोग कामना सिद्धि के निमित्त है तथा इसी मन्त्र द्वारा अंगन्यास करने का विधान है ।

‘जो वर्ण, पद, वाक्य में अर्थों सहित सर्वत्र व्याप्त है, जो आवि अन्त से परे एवं अनन्त रूप वाली हैं, वे देवी सरस्वती मेरी रक्षा करने वाली हों ।’

जो देवी सरस्वती सबको पवित्र करती हैं, जो अन्न और कर्म द्वारा प्राप्त होने वाले धन के प्राप्त कराने में कारणरूपिणी हैं, वे देवी हमारे यज्ञ में आने की इच्छा करें ॥ ३ ॥

‘चोदयित्री०’ इस मन्त्र के ऋषि मधुच्छन्दा, छन्द गायत्री देवता सरस्वती है । बीज, शक्ति और कीलक ‘ब्लू’ तथा कार्य पूति के लिए इसका विनियोग एवं मन्त्र द्वारा ही अंगन्यास किया जाता है ॥११-१५॥

अध्यात्ममधिदैवं च देवानां सम्यगीश्वर ।

प्रत्यगास्ते वदन्ती या सा मां पातु सरस्वती ॥१६

ब्लू चोदयित्री सूनुतानां चेतन्ती सुमतीनाम् ।

यज्ञं दधे सरस्वती ॥१७

महो अयोति मन्त्रस्य—मधुमच्छन्दा ऋषिः । गायत्री छन्दः । सरस्वती देवता । सौरिति बीजशक्तिकीलकम् । मन्त्रेण न्यासः ॥ १८ ॥

अन्तर्याम्यात्मना विश्वं त्रैलोक्यं या नियच्छति ।



रुद्रादित्यादिरूपस्था सा मां पातु सरस्वती ॥१६

सौः महो अर्णः सरस्वती प्रचेतयति केतुना ।

धियो विश्वा विराजति ॥२०

‘जो सरस्वती देवताओं की प्रेरणात्मिका शक्ति, अधिदैवहपिणी एवं हमारे भीतर वाणी रूप में प्रतिष्ठित है, वे भगवती मेरी रक्षिका हों।’

‘जो भगवतीसत्य एवं प्रिय वाणी बोलने की प्रेरणा देती हैं तथा श्रेष्ठ बुद्धि वाले कर्मशील पुरुषों को उनके कर्त्तव्य का ज्ञान कराती हैं, उन्हीं देवी सरस्वती ने हमारे इस यज्ञ को धारण किया है ।

‘महो अर्णः; इस मन्त्र के ऋषि मधुच्छन्दा, छन्द गायत्री, और देवता सरस्वती हैं। बीज, शक्ति और कौलक ‘सौः’ है। इसमें मन्त्र के द्वारा ही न्यास किया जाता है ।

‘जो सरस्वती अन्तर्यामी रूपसे लोकत्रय का नियंत्रण करने वाली हैं तथा जो रुद्र-आदित्य आदि अनेक देवताओं के रूप में अवस्थित हैं, वे हमारी रक्षिका हों ।

‘नदी रूप में आविर्भूत सरस्वती अपने प्रवाह रूप कर्म के द्वारा अपने में निहित अगाध जल राशि का परिचय देती हैं। वे ही सरस्वती सब प्रकार की कर्त्तव्यात्मक बुद्धि का विकास करती हैं ॥१६-२०॥

चत्वारि वागिति मन्त्रस्य—उच्यथ्यपुत्र ऋषिः । त्रिष्टुप् छन्दः सरस्वती देवता । ऐमिति बीजशक्तिकौलकम् । मन्त्रेण न्यासः ॥ २१ ॥

या प्रत्यग्दृष्टिभिर्जीवैर्व्यज्यमानाऽनुभूयते ।

व्यापिनी ज्ञप्तिरूपैका सा मां पातु सरस्वती ॥२२

ऐं चत्वारि वाक् परिमिता यदानि

तानि विदुर्ब्रह्मणा ये मनीषिणः ।

गुहा त्रीणि निहिता नैगयन्ति ।

तुरीयं वाचो मनुष्या वदन्ति ॥२३॥

यद्वाग्वदन्तीति मन्त्रस्य— भार्गव ऋषिः । त्रिष्टुप् छन्दः ।  
सरस्वती देवता । क्लीमिति बीजशक्तिकीलकम् । मन्त्रेण  
न्यासः ॥ २४ ॥

नामजात्यादिभिर्भेदैरष्टधा या विकल्पिता ।

निर्विकल्पात्मना व्यक्ता सा मां पातु सरस्वती ॥२५॥

क्लीं यद्वाग्वदन्त्यविचेतनानि राष्ट्री देवानां निषसाद मन्त्रा ।

चतस्र लज्जं दुद्रुहे पर्यासि क ल्विदस्याः परमं जगाम् ॥२६॥

‘वत्वारि वाक्०’ ऋषि उच्यथ-पुत्र दीर्घतमा, छन्द त्रिष्टुप्,  
देवता सरस्वती, बीज, शक्ति, कीलक ‘ऐ’ । मन्त्र द्वारा अङ्गन्यास  
किया जाता है ।

जो सरस्वतीदेवी अन्तर्हृद् वाले जीवों के समक्ष विभिन्न रूपों में  
प्रकट होती तथा जो शक्ति रूपसे व्याप्त हैं, वे सरस्वती मेरी रक्षिका बनें ।

बाणी, परा पश्यन्ती, मध्यमा और वैखरी इन चार पदों वाली  
है । इन पदों को ज्ञानी जन भले प्रकार जानते हैं । इनमें से प्रथम तीन  
तो हृदयगह्वर में स्थित होने से प्रकट नहीं होती । परन्तु वैखरी ही  
मनुष्यों के धीजने में प्रयुक्त होती है ॥ ५ ॥

‘यद्वाग्वदन्ति०’ ऋषि भार्गव, छन्द त्रिष्टुप्, देवता सरस्वती है ।  
बीज, शक्ति कीलक ‘क्ली’ है । मन्त्र द्वारा ही न्यास होता है ।

‘जो देवी सरस्वती नाम-रूप के द्वारा अष्टधा बनी हुई तथा  
निर्विकल्प रूप में भी प्रकट है, वे भगवती मेरी रक्षा करने वाली हों ।’

दिव्य भावों को प्रकट करने वाली और देवताओं को आनन्दित  
करने वाली, अज्ञानियों को ज्ञान प्रदान करती हुई यज्ञ में विराजमान

होने वाली देवी सब दिशाओं के निमित्त अन्न-जल दुहती है । जो इस मध्यमा वाणी में श्रेष्ठ है, उसका गमन कहाँ होता है ? ॥ ६ ॥

‘देवी वाच’ ऋषि भार्गव, छन्द त्रिष्टुप्, देवता सरस्वती । बीज, शक्ति, कीलक ‘सौः’ है । मन्त्र द्वारा ही न्यास करना चाहिये ।

‘जिन वाणी रूपा भगवती सरस्वती का प्रकट अप्रकट वाणी वाले देवादि सम्पूर्ण जीव उच्चारण करते हैं तथा जो भगवती सभी इच्छित पदार्थों को दुग्ध रूप में प्रदान करने वाली कामधेनु हैं, वे मेरी रक्षा करें ।’ ॥ २१—२६ ॥

देवी वाचमिति मन्त्रस्य—भार्गव ऋषिः । त्रिष्टुप् छन्दः सरस्वती देवता । सौरिति बीजशक्तिकीलकम् । मन्त्रेण न्यासः ॥ २७ ॥

व्यक्ताव्यक्तगिरः सर्वे वेदाद्या व्याहरन्ति याम् ।

सर्वकामदुग्धा धेनुः सा मां पातु सरस्वती ॥२८॥

सौः देवी वाचमजनयन्त देवास्तां विश्वरूपाः पशवो वदन्ति ।

सा नो मन्द्रेषमूर्जं दुहाना धेनुर्वाग्गस्मानुपमुष्टुतैतु ॥२९॥

उत त्व इति मन्त्रस्य—वृहस्पतिर्ऋषिः । त्रिष्टुप् छन्दः । सरस्वती देवता । समिति बीजशक्तिकीलकम् । मन्त्रेण न्यासः ॥ ३० ॥

यां विदित्वाऽखिलं बन्धं निर्मेध्या खिलवर्त्मना ।

योगी याति परं स्थानं सा मां पातु सरस्वती ॥३१॥

स उत त्वः पश्यन्न ददर्श वाचमुत त्वः शृण्वन्न शृणोत्येनाम् ।

उतो त्वस्मै तन्वां विसर्त्ते जायेव पत्य उशती सुवासाः ॥३२॥

अम्बितम इति मन्त्रस्य—गुत्समदं ऋषिः । अनुष्टुप् छन्दः । सरस्वती देवता । ऐमिति बीजशक्तिकीलकम् । मन्त्रेण न्यासः ॥ ३३ ॥

नामरूपात्मकं सर्वं यस्यामावेक्ष्यतां पुनः ।  
ध्यायन्ति ब्रह्मरूपं सा मां पातु सरस्वती ॥३४  
ऐं अम्बितमे नदीतमे देवितमे सरस्वति ।  
अप्रशस्ता इव स्मसि प्रशस्तिमम्ब नस्कृधि ॥३५

जो प्रकाशमती वैखरी वाणी प्राण रूप से देवताओं द्वारा उत्पन्न हुई है, उस वाणी का अनेक प्रकार के देहधारी उच्चारण करते हैं । कामधेनु के समान सुख देने वाली तथा अन्न-बल प्रदायिनी वाणी रूपिणी देवी श्रेष्ठ स्तुतियों से व्रसन्न होती हुई हमारे समीप प्रकट हों ।

‘उत त्व०’ ऋषि बृहस्पति, छन्द त्रिष्टुप्, देवता सरस्वती । बीज शक्ति और कीलक ‘सं’ । मन्त्र द्वारा ही न्यास करना चाहिए ।

‘जिन सरस्वती को ब्रह्मविद्या रूप से ज्ञान लेने पर योगीराज सभी बन्धनों को काट डालते हैं, जिससे पूर्ण मार्ग द्वारा उन्हें परमपद की प्राप्ति होती है, वे देवी मेरी रक्षा करने वाली हों ।’

वाणी को देखकर भी कुछ लोग उसे नहीं देखते, सुनकर भी नहीं सुनते । परन्तु कुछ लोग तो ऐसे भाग्यशाली हैं जिनके सामने जैसे पतिकामा स्त्री अपने पति के समक्ष अनावृत्त रूप में उपस्थित होती है, वैसे ही ये वाग्देवी अपने स्वरूप को प्रकट कर देती हैं ।

‘अम्बित मे’ ऋषि गृत्समद, छन्द अनुष्टुप् देवता, सरस्वती, बीज, शक्ति कीलक ‘ऐं’ । मन्त्र द्वारा न्यास करें ।

जिन सरस्वती देवी में ब्रह्मतत्त्ववेत्ताजन नाम-रूप वाले सम्पूर्ण प्रपञ्च को आविष्ट करते हुए उनका ध्यान करते हैं, वे देवी मेरी रक्षिका हों ।

हे सरस्वते ! तुम देवियों में, नदियों में और माताओं में भी सर्वश्रेष्ठ हो । हम धन के अभाव से निन्दा को प्राप्त हुए के समान हो रहे हैं । तुम हमें धन रूप समृद्धि दो ॥ २७—३५ ॥

चतुर्मुखमुखाम्भोजवनहंसवधूर्मम ।  
 मानसे रमतां नित्यं सर्वशुक्ला सरस्वती ॥३६  
 नमस्ते शारदे देवि काश्मीरपुरवासिनी ।  
 त्वामहं प्रार्थये नित्यं विद्यादानं च देहि मे ॥३७  
 अक्षसूत्राङ्कुशधरा पाश पुस्तकधारिणी ।  
 मुक्ताहारसमायुक्ता वाचि तिष्ठतु मे सदा ॥३८  
 कम्बुकण्ठी सुताभ्रोष्ठी सर्वाभरणभूषिता ।  
 महासरस्वती देवी जिह्वाग्रे संनिवेश्यताम् ॥३९  
 या श्रद्धा धारणा मेधा वाग्देवी विधिवत्लभा ।  
 भक्तजिह्वाग्रसदना शमादिगुणदायिनी ॥४०  
 नमामि यामिनीनाथलेखाऽलंकृतकुन्तलाम् ।  
 भवानीं भवसंतापनिर्वापणसुधानदीम् ॥४१  
 यः कवित्वं निरातङ्कं भुक्तिमुक्ती च वाञ्छति ।  
 सोऽभ्यर्च्येनां दशश्लोक्या नित्यं स्तौति सरस्वतीम् ॥४२  
 तस्यैवं स्तुवतो नित्यं समभ्यर्च्य सरस्वतीम् ।  
 भक्तिश्रद्धाऽभियुक्तस्य षाण्मासात् प्रत्ययो भवेत् ॥४३  
 ततः प्रवर्तते वाणी स्वेच्छया ललिताक्षरा ।  
 गद्यपद्यात्मकः शब्दैरप्रमेयैर्विवशितैः ॥४४  
 अश्रुतो बुध्यते ग्रन्थः प्रायः सारस्वतः कविः ॥४५  
 सा होवाच सरस्वती—  
 आत्मविद्या मया लब्धा ब्रह्मणैव सनातनै ।  
 ब्रह्मत्वं मे सदा नित्यं सच्चिदानन्दरूपतः ॥४६

जो सरस्वती ब्रह्मा के मुख-कमल रूप वन में राजहंस के समान विचरण करती हैं, वे श्वेत कान्ति और अंगवाली देवी हमारे मन रूपी हृदय में नित्य रमण करें। हे काष्मीरपुर वासिनी शारदे ! मैं नित्य तुम्हारी स्तुति करता हूँ। मुझे विद्या-दान दो। तुम्हें नमस्कार है। तुम अपनी चार भुजाओं में अक्षसूत्र, अंकुश, पाश और पुस्तक धारण करने वाली हो। तुम्हारे हृदय देश पर मुक्ताहार सुशोभित रहता है। तुम सदा मेरी वाणी में निवास करो। तुम्हारी शीवा शख के समान सुन्दर और लाल ओष्ठ हैं तथा तुम विभिन्न आभूषणों से अलंकृत हो। तुम मेरी जिह्वा के अग्रभाग में प्रतिष्ठित होओ। भक्तों की जिह्वा के अग्रभाग में निवास कर उन्हें शम दम प्रदान करने वाली वे सरस्वती श्रद्धा, धारणा और भेषा स्वरूपिणी तथा ब्रह्माजी की प्रियतमा हैं। चन्द्रकला से विभूषित केश-पाश वाली तथा संसार-बन्धन को काटने वाली अमृत जलयुक्त नदी रूपिणी भगवती सरस्वती को मैं नमस्कार करता हूँ। जो कवित्व, भोग, निर्भयता अथवा मोक्ष की इच्छा करता हो वह इन दशों मन्त्रों के द्वारा भगवती सरस्वती की भक्ति पूर्वक पूजा-स्तुति करे। भक्ति और श्रद्धा सहित विधिपूर्वक पूजा कर नित्य स्तुति करने वाला भक्त छः मास में ही उनकी कृपा को प्राप्त कर लेता है। इसके अनन्तर गद्य-पद्य से निहित सुन्दर शब्दों वाली वाणी उसके मुख से स्वयं ही उद्भूत होने लगती है। सरस्वती की भक्ति करने वाला कवि दूसरों से सुने बिना ही ग्रन्थों के अर्थों का समझने वाला होता है। हे विप्रो ! भगवती सरस्वती ने ही अपनी भक्ति के इस प्रभाव को अपने श्री मुख से कहा था। ब्रह्माजी के द्वारा ही पुरातन आत्मविद्या को प्राप्त कर सका और अब मे सच्चिदानन्द रूप वाले नित्य ब्रह्मत्व से सम्पन्न हूँ ॥३६-४६॥

प्रकृतित्वं ततः स्पृष्टं सत्त्वादिगुणसाम्यतः ।

सत्यामाभाति चिच्छाया दर्पणे प्रतिबिम्बवत् ॥४७

तेन चित्प्रतिबिम्बेन त्रिविधा भाति सा पुनः ।

प्रकृत्यवच्छिन्नत या पुरुषत्वं पुनश्च ॥४८  
 शुद्धसत्त्वप्रधादायां मायायां बिम्बितो ह्यजः ।  
 सत्त्वप्रधाना प्रकृतिर्मयेति प्रतिपाद्यते ॥४९  
 सा माया स्ववशोपाधिः सर्वज्ञस्येश्वरस्य हि ।  
 वंश्यमायत्वमेकत्वं सर्वज्ञत्व च तस्य तु ॥५०  
 सात्त्विकत्वात् समष्टित्वात् साक्षित्वाज्जगतामपि ।  
 जगत् कर्तुं मकर्तुं वा चान्यथा कर्तुं भीशते ।  
 यः स ईश्वर इत्युक्तः सर्वज्ञत्वादिभिर्गुणैः ॥५१  
 शक्तिद्वयं हि मायाया विक्षेपा वृतिरूपकम् ।  
 विक्षेप शक्तिर्लिङ्गादि ब्रह्माण्डान्तं जगत् सृजेत् ॥५२  
 अन्तर्गृह्योर्भेदं बहिश्च ब्रह्मसर्गयोः ।  
 आवृणोत्यपरा शक्तिः सा संसारस्य कारणम् ॥५३  
 साक्षिणः पुरतो भातं लिङ्गदेहेन संयुतम् ।  
 चित्तिच्छायासमावेशाज्जीवः स्याद्ब्यावहारिकः ॥५४  
 अस्य जीवत्वमारोपात् साक्षिण्यप्यवभास्ते ।  
 आवृतौ तु विनष्टायां भेदे भातेऽपयाति तत् ॥५५  
 तथा सर्गब्रह्मणोश्च भेदमावृत्य तिष्ठति ।  
 या शक्तिस्यद्वशाद्ब्रह्म विकृतत्वेन भासते ॥ ६  
 अत्राप्यावृतिनाशे न विभाति ब्रह्मसर्गयोः ।  
 भेदस्तयोर्विकारः स्यात् सर्गे न ब्रह्मणि क्वचित् ॥५७  
 अस्ति भाति प्रियं रूपं नाम चेत्यंशपञ्चकम् ।  
 आद्यं त्रयं ब्रह्मरूप जगद्रूपं ततो द्वयम् ।  
 उपेक्ष्य नासरूपे द्वे सञ्चिदानन्तत्परः ॥५८

फिर सत्त्व, रज और तम इन तीनों गुणों की समानता से प्रकृति रची गई। जंसे दर्पण में प्रतिबिम्ब दिखाई देता है वैसे ही प्रकृति में चेतन का प्रतिबिम्ब सत्य के समान लगता है। उस चेतन के प्रतिबिम्ब से प्रकृति तीन प्रकार की लगती है। प्रकृति के योग से ही तुम्हें यह देह मिला है। सत्त्व गुण की प्रधानता वाली प्रकृति माया बही जाती है। उस माया में प्रतिबिम्बित चेतन ही अजन्मा है। यह माया सब के जानने वाले ब्रह्म की आज्ञाकारिणी उपाधि है। माया को अपने वश में रखना, अद्वितीय और सर्वज्ञ होना यही ब्रह्म के मुख्य लक्षण हैं। यह ब्रह्म सब लोकों के साक्षी स्वरूप होने के कारण संसार की रचना करने, न करने तथा उससे भी भिन्न कार्य करने में पूर्ण समर्थ हैं। विशेष धीर आवरण माया की यह दो शक्तियाँ कही गई हैं। विशेष रूप शक्ति लिङ्गदेह से ब्रह्माण्ड पर्यन्त सभी संसार की रचना करती है। आवरण शक्ति द्रष्टा और दृश्य के अन्तर को तथा ब्रह्म और सृष्टि के अन्तर को ढकने वाली है। साक्षी को वह लिङ्ग-देह वाली प्रतीति होने से बन्धन के देने वाली है। चेतन का प्रतिबिम्ब जब कारण रूपा प्रकृति में निहित होता है तब विश्व में कार्यकारी जीव की उत्पत्ति होती है। आरोपित होने से उसका जीवत्व साक्षी रूप ब्रह्म में भी परिलक्षित होता है। आवरण-शक्ति के हट जाने पर भेद का स्पष्ट रूप से आभास होने लगता है और जीवत्व की स्थिति समाप्त हो जाती है। सृष्टि और ब्रह्म के भेद को आवृत्त करने वाली शक्ति के वशीभूत हुआ ब्रह्म विकारयुक्त प्रतीत होता है। आवरण के हटते ही ब्रह्म और सृष्टि के भेद की प्रतीति होने लगती है। परन्तु विकार की स्थिति ब्रह्म में नहीं होती, सृष्टि में ही होती है। अस्ति, भक्ति, प्रिय, रूप और नाम इन पाँच अंशों में से प्रथम तीन तो ब्रह्म के स्वरूप हैं और नाम, रूप यह दोनों ही विश्व-रूपार्थक हैं। दोनों से सम्बन्धित हो जाने पर ही ब्रह्म इस विश्व के रूप में स्थित होता है ॥४६-५८॥



समाधि सर्वदा कुर्याद्धृदये वाऽथ वा वहिः ॥५८  
 सविकल्पो निर्विकल्पः समाधिविविधो हृदि ।  
 दृश्यशब्दानुभेदेन सविकल्पः पुनर्द्विधा ॥५९  
 कामाद्याश्रित्तगा दृश्यास्तत्साक्षित्वेन चेतनम् ।  
 ध्यायेद्दृश्यानुविद्धोऽयं समाधिः सविकल्पकः ॥६०  
 असङ्गः सच्चिदानन्दः स्वप्रभो द्वैतवर्जितः ।  
 अस्मीतिशब्दविद्धोऽयं समाधिः सविकल्पकः ॥६१  
 स्वानुभूतिरसावेशाद्दृश्यशब्दद्वयपेक्षितुः ।  
 निर्विकल्पसमाधिः स्यान्निवातस्थितदीपवत् ॥६२  
 हृदि वा बाह्यदेशेऽपि यस्मिन् कस्मिंश्च वस्तुनि ।  
 समाधिराद्यः सन्मात्रान्नामरूपपृथक्कृतिः ॥६३  
 स्तब्धीभावो रसास्वादात् तृतीयः पूर्ववन्मतः ।  
 एतैः समाधिभिः षड्भिर्नयेत् कालं निरन्तरम् ॥६४  
 देहाभिमाने गलिते विज्ञाते परमात्मनि ।  
 यत्र यत्र मनो याति तत्र तत्र परामृतम् ॥६५  
 भिद्यते हृदयग्रन्थिश्छिन्नयन्ते सर्वसंशयाः ।  
 क्षीयन्ते चास्य कर्माणि तस्मिन् दृष्टे परावरे ॥६६  
 मयि जीवत्वमीशत्वं कल्पितं वस्तुतो न प ।  
 इति यस्तु विजानाति स मुक्तो नात्र संशयः ॥  
 इत्युपनिषत् ॥६७

साधना करने वाला पुरुष बाह्याभ्यांतरिक रूप से सदा ही समाधिरत रहे । हृदय में सविकल्प और निर्विकल्प इन दो प्रकारों की समाधि होती है । सविकल्प समाधि के भी दो रूप हैं दृश्यानुविद्ध और शब्दानुविद्ध । चित्त में जो कामादि विकारों की उत्पत्ति होती है, वे सब विकार दृश्य हैं और चेतन आत्मा उनके साक्षी रूप में है । यही

दृश्यानुविद्ध सविकल्प समाधि कही गई है । शब्दानुविद्ध सविकल्प समाधि वह है जिसमें साधक सोचता है कि मैं अद्वैत स्वरूप हूँ, सङ्ग-रहित और स्वयं प्रकाश हूँ । मैं ही सच्चिदानन्द हूँ । आत्म रूप में अनुभव किये जाने वाले रस के आवेश से दृश्य और शब्द की उपेक्षा वाले साधक का हृदय निविकल्प समाधि का अनुभव करता है । जैसे वायु-रहित स्थान में रखा हुआ दीपक अविचल रूप से प्रकाशित होता रहता है, वैसे ही साधक की स्थिति रहती है । यह हृदय के भीतर होने वाली समाधि के ही दो रूप कहे हैं । इसी प्रकार बाह्य भी किसी वस्तु विशेष के प्रति चित्त में एकाग्रता होने पर समाधि लग जाती है । दृष्टा और दृश्य के विवेक से प्रथम प्रकार की समाधि लगती है और जिसमें प्रत्येक वस्तु से उसके नाम रूप का पृथक्करण होने पर उसके आश्रयभूत चैतन्य का चिन्तन होता है, वह द्वितीय प्रकार की समाधि कही गई है । जिसमें चैतन्य रस की अनुभूति से उत्पन्न हुए आवेश से स्तब्धता की स्थिति हो, वह तीसरे प्रकार की समाधि है । इन समाधियों में ही अपना जीवन व्यतीत करना चाहिए । शारीरिक अभिमान नष्ट होकर परमात्म-सत्त्व का ज्ञान होने पर मन जहाँ-जहाँ पहुँचता है, वहीं वह श्रेष्ठ अमृतत्व के अनुभव द्वारा सुखी होता है । उस समय सभी संशय मिट जाते और हृदय-ग्रन्थियाँ खुल जाती हैं । उस कलायुक्त तथा कला-रहित ब्रह्म के साक्षात्कार से सभी कर्मों का क्षय हो जाता है । जो मनुष्य जीवत्व और ईश्वरत्व के भेद को यथार्थ नहीं मानता, वही मुक्त पुरुष है इसे सत्य समझना चाहिए ॥ ५६—६८ ॥

॥ सरस्वतीरहस्योपनिषद् समाप्त ॥

## देव्युपनिषत्

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवा भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः॥  
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टु वांसस्तनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः ॥ स्वस्ति न  
इन्द्रो बृद्धश्रवाः॥ स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः ॥ स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो  
अरिष्टनेमिः ॥ स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥ ॐ शान्तिः  
शान्तिः शान्तिः ॥

शान्तिपाठ—हे पूज्य देवो ! हम कानों से कल्याण सुनें, आँखों से कल्याण को देखें । सुहृद् अङ्गों तथा देह के द्वारा तुम्हारी स्तुति करते रहें और देवताओं ने हमारे लिये जो आमुष्य नियत कर दिया है उसे भोगें । महान कीर्ति वाला इन्द्र हमारा कल्याण करे सब को जानने वाले पूषा देव हमारा कल्याण करें, जिसकी गति रोकी न जा सके ऐसे गरुड़देव हमारा कल्याण करें और बृहस्पति हमारा कल्याण करें ! ॐ शान्ति, शान्ति, शान्ति ॥

सर्वे वै देवा देवीमुपतस्थुः काऽसि त्वं महादेवि ॥१॥

साऽब्रवीदहं ब्रह्मस्वरूपिणी । मद्यः प्रकृतिपुरुषात्मकं जगच्छून्यं चाशून्यं च । अहमानन्दानानन्दाः । विज्ञानाविज्ञानेऽहम् । ब्रह्माब्रह्मणी वेदितव्ये । इत्याहाश्वर्षणी श्रुतिः ॥२॥

अहम् पञ्चभूतान्यपञ्चभूतानि । अहमखिलं जगत् । वेदोऽहमवेदोऽहम् । विद्याऽहमविद्याऽहम् । अजाऽहमनजाऽहम् । अघश्चोर्ध्वं च तिर्यकं चाहम् ॥३॥

अहं रुद्रेभिर्वसुभिश्चराम्यहमादित्यैरुत विश्वदेवैः ।

अहं मित्रावरुणान्बुधाम् विश्वम्यहमिन्द्राग्नी अहममश्विः  
नावुभौ ॥४॥

अहं सोमं त्वष्टारं पूषणं भगं दधाम्यहम् ।

विष्णुमुरुकमं ब्रह्माणमुत प्रजापतिं दधामि ॥५॥

अहं दधामि द्रविणं हविष्मते सुप्राव्ये यजमानाय सुन्वते ।

अहं राष्ट्री सङ्गमनी वसूनामहं सुवे पितरमस्य मूर्धन् ॥६॥

सम योनिरप्स्वन्तःसमुद्रे य एवं वेद स देवीपदमाप्नोति ॥७॥

देवी के समीप जाकर सभी देवताओं ने निवेदन किया—‘महा-  
देवि ! अपने सम्बन्ध में बताओ कि तुम कौन हो ?’ ॥१॥

देवी ने उत्तर दिया—‘मैं ब्रह्म स्वरूपिणी हूँ । यह कार्य-कारण  
रूप, प्रकृति-पुरुषात्मक विश्व मुझसे ही उत्पन्न हुआ है । मैं आनन्द  
रूपिणी तथा अनन्द-रहित रूप वाली हूँ । मैं विज्ञानमयी और अविज्ञान  
रूप हूँ । मैं ज्ञातव्य ब्रह्म तथा ब्रह्म से परे भी हूँ । मैं पञ्चीकृत अथवा  
अपञ्चीकृत महाभूत हूँ । दिखाई पड़ने वाला यह सम्पूर्ण विश्व मैं ही  
हूँ । विद्या-अविद्या, वेद-अवेद, अजा और अनजा मैं ही हूँ । मैं नीचे  
भी हूँ, ऊपर भी हूँ, अगल-बगल में भी मैं ही हूँ । मैं रुद्रों और वसुओं  
के रूप में संचार करने वाली हूँ । आदित्यों और विश्वेदेवों के रूप में  
भ्रमण करती रहती हूँ । मैं ही मित्रावरुण, इन्द्राग्नि और अश्विद्वय की  
पालिका हूँ । सोम, पूषा, भग और त्वष्टा को मैं ही धारण करती हूँ ।  
तीनों लोकों को आक्रान्त करने के उद्देश्य से पदक्षेप करने वाले विष्णु  
ब्रह्मा और प्रजापति के धारण करने वाली हूँ । देवताओं के लिए हवि-  
षाहक और सोमाभिषेक वाले यजमान के निमित्त हवियुक्त घनों को  
धारण करती हूँ । मैं उपासकों के लिए घन-दायिनी, ज्ञानवती,  
यज्ञों में नायिका तथा सम्पूर्ण विश्व की अधीश्वरी हूँ । विश्व के  
पिता रूप आकाश को परमात्मा के ऊपर मैं ही प्रकट करती हूँ । मेरा  
स्थान आत्मरूप की धारिणित्री बुद्धि वृत्ति में है । इस प्रकार जानने  
वाला ज्ञानी पुरुष दिव्य सम्पत्ति प्राप्त करता है ॥ २-७ ॥

ते देवा अब्रुवन्—

नमो देव्यै महादेव्यै शिवायै सततं नमः ।

नमः प्रकृत्यै भद्रायै नियताः प्रणताः स्म ताम् ॥८

तामग्निवर्णां तपसा ज्वलन्तीं वैरोचनीं कर्मफलेषु जुष्टाम् ।

दुर्गा देवीं शरणमहं प्रपद्ये सुतरां नाशय ये तमः ॥९

देवीं वाचमजनयन्त देवास्तां विश्वरूपाः पशवो वदन्ति ।

सा नो मन्त्रेणमूर्जं दुहाना घेनुर्वागस्मानुपसुष्टुतैतु ॥१०

कालरात्रि ब्रह्मस्तुतां वैष्णवीं स्कन्दमातरम् ।

सरस्वतीमदिति दक्षदुहितरं नमामः पावनां शिवाम् ॥११

महालक्ष्मीश्च विद्यहे सर्वसिद्धिश्च धीमहि ।

तन्नो देवी प्रचोदयात् ॥१२

अदितिर्निह जनिष्ट दक्षया दुहिता तव ।

तां देवा अन्वजायन्त भद्रा अमृतबन्धवः ॥१३

कामो योनिः कामकला वज्रपाणि—

गुंहा हसा मातरिश्वाऽभ्रमिन्द्रः ।

पुनर्गुंहा सकला मायया च ।

पुरुच्येषा विश्वमाताऽऽदिविद्योम् ॥१४

एषाऽऽत्मशक्तिः । एषा विश्वमोहिनी पाशांकुशघनुर्वा-

णधरा । एषा श्रीमहाविद्या ॥ १५ ॥ य एवं वेद स शोकम्

तरति ॥ १६ ॥ नमस्ते अस्तु भगवति भवति मातरस्मान् पातु

सर्वतः ॥ १७ ॥

देवताओं ने कहा—'देवी को नमस्कार ! महान् पुरुषों को भी अपने कर्तव्य में प्रवृत्त करने वाली कल्याणकारी महादेवी को सादर नमस्कार है । गुणों से साम्य अवस्था वाली कल्याणी को नमस्कार है । हम उन्हें विधिवत् प्रणाम करते हैं । वे अग्नि के समान तेजोमयी, ज्ञान से प्रकाशमाना, कर्मफल की प्राप्ति के लिए सेव्यमाना एवं दीप्तिमयी

भगवती दुर्गा की हम शरण ग्रहण करते हैं । हे दैत्यविनाशिनी देवि ! तुम्हें नमस्कार है । देवताओं द्वारा उत्पन्न वैखरी वाणी का अनेक प्रकार के प्राणी उच्चारण करते हैं । वे कामधेनु के समान सुख देने वाली तथा अन्न, वन दायिनी वाणी रूपा देवी हमारी उत्तम स्तुति से सन्तुष्ट होकर हमारे निकट पधारेँ । जो वेदों द्वारा स्तुत, काल-नाशिनी, विष्णु शक्ति, सरस्वती, स्कन्दमाता, देवमाता, अदिति अथा दक्ष-कन्या सती रूप वाली भगवती हैं, उन कल्याणमयी और पापनाशिनी भगवती की हम नमस्कार करते हैं । हम सर्वशक्ति वाली भगवती महालक्ष्मी से परिचित हैं और उनका सदा ध्यान करते हैं । ये देवी हमें अपने विषय विशेष में प्रस्तुत करें ।

हे दक्ष ! आपकी कन्या अदिति के प्रसूता होने पर अमृतत्व गुण वाले देवताओं की उत्पत्ति हुई । काम, योनि, कमल, वज्री, गुहा, वर्ण, वायु, अन्न, वज्रपाणि, गुहा, सकलरूप वर्ण एवम् माया यह सब उस जगन्माता की ब्रह्मरूपिणी मूल विद्या है । यह विश्व को विमोहित करने वाली, पाश-अक्रुश-धनुष बाण धारिणी परब्रह्म की शक्ति हैं । यही श्री महाविद्या हैं । इस प्रकार जानने वाला पुरुष शोक-सन्ताप से मुक्त हो जाता है । हे जगन्माता ! तुम्हें नमस्कार है । तुम सभी प्रकार से हमारी रक्षा करने वाली बनो ॥ ८-१७ ॥

सैषाऽष्टौ वसवः । सैषैकादशरुद्रा । सैषा द्वादशादित्याः । सैषा विश्वेदेवाः सोमपा असोमपाश्च । सैषा यातुघाना असुरा रक्षांसि पिशाचा यक्षाः सिद्धाः । सैषा सत्त्वरजस्तमांसि । सैषा प्रजापतीन्द्रमतवः । सैषा ग्रहनक्षत्रज्योतीषि कलाकाष्ठाऽऽदिकाल-रूपिणी । तामहं प्रणौमि नित्यम् ॥ १८ ॥

तापापहारिणीं देवीं भुक्तिमुक्तिप्रदायिनीम् ।

अनन्तां विजयां शुद्धां शरण्यां शिवदां शिवाम् ॥ १९ ॥

वियदीकारसंयुक्तं वीतिहोत्रसमन्वितम् ।

बर्धेन्दुलसितं देव्या वीजं सर्वार्थसाधकम् ॥२०॥

एवमेकाक्षरम् मन्त्रम् यतयः शुद्धचेतसः ।

ध्यायन्ति परमानन्दमया ज्ञानाम्बुराशयः ॥२१॥

वाङ्मया ब्रह्मभूस्तस्मात् पष्ठम् वक्त्रसमन्वितम् ।

सूर्यो वामश्रोत्रे बिन्दुः संयुताष्टतृतीयकम् ॥२२॥

नारायणेन संयुक्तो वायुश्चाधरसंयुतः ।

विच्चे नवाणं कोऽर्णः स्यान्महदानन्ददायकः ॥२३॥

हृत्पुण्डरीकमध्यस्थां प्रातःसूर्यसमप्रभाम् ।

पाशाङ्कुशधरां सौम्यां वरदाभयहस्तकाम् ।

त्रिनेत्रां रक्तवसनां भक्तकामदुघां भजे ॥२४॥

नमामि त्वामहं देवीं महाभयत्रिनाशिनीम् ।

महादुर्गेशमनीं महाकारुण्यरूपिणीम् ॥२५॥

यस्याः स्वरूपं ब्रह्मादयो न जानन्ति तस्मादुच्यतेऽज्ञेया ।  
यस्या जन्तो न विद्यते तस्मादुच्यतेऽनन्ता । यस्या ग्रहणं नोप-  
लभ्यते तस्मादुच्यतेऽज्ञव्या । यस्या जननं नोपलभ्यते तस्मादु-  
च्यतेऽजा । एकैव सर्वत्र वर्तते तस्मादुच्यते एका । एकैव विश्व-  
रूपिणी तस्मादुच्यते नैका । अत एवोच्यतेऽज्ञेयाऽनन्ताऽलभ्याऽ-  
नैका नैका ॥ २६ ॥

यही यह एकादश रुद्र, द्वादश आदित्य और अष्ट धनु हैं । वही यह गोमयायी, विश्वदेवा हैं । वही यह यातुधान, दैत्य राजस, पिशाच, यम और मित्र हैं । वही यह विष्णु और रुद्र रूप वाली तथा सत्त्व-रज-  
तजा काण्ठादि सहित काल स्वरूपा हैं । मोग और मोक्षदायिनी पाप-  
नाशिनी, बिन्दु की अष्टिनी, अन्त से अतीत, कल्याण-मङ्गल रूप वाली,

दोपरहित एवम् आश्रयवादी भी यही हैं। हम इन देवी को सदा नमस्कार करते हैं।

आकाश एवं ईकार युक्त, अग्नि सहित अर्द्धचन्द्र से विभूषित जो बीज है, वह सभी कामनाओं को पूर्ण करने वाला है। जिन साधकों का मन शुद्ध है, वे इस एकाक्षर ब्रह्म का चिन्तन करते हैं। वाणी, माया, काम, वक्त्र, दक्षिण कर्ण, बिन्दु, नारायण, अवतर, विच्चे इनसे युक्त नवार्ण मन्त्र उपासकों को सायुज्य पदवी प्रदान करने वाला है।

हृदय-कमल में निवास करने वाली, अरुणोदय के समान प्रभा वाली, पाश-अंकुशधाग्नि मनीहर रूप वाली वरदहस्त और अमय मुद्रा वाली त्रिनेत्र, लोहितवमना, कामना पूर्ण करने वाली देवी का मैं सदा भजन करता हूँ। हे महादेवि ! तुम महान् भय और महान् सङ्कट को दूर करने वाली तथा करुणामयी मूर्ति हो। मैं तुम्हें नमस्कार करता हूँ। ब्रह्मादि भी जिनके यथार्थ रूप को नहीं जानते, इसीलिए जो अज्ञेया तथा अन्त न होने से अनन्ता कही जाती हैं, जो दिखाई न पड़ने से अलक्ष्या, जन्म रहित होने से अत्रा, एक ही सर्वत्र व्याप्त होने से एका तथा विश्व रूप में अकेली ही सुशोभित होने से नैका कही जाती है ॥ १८-२६ ॥

मन्त्राणां मातृका देवी शब्दानां ज्ञानरूपिणी ।  
ज्ञानानां चिन्मयातीता शून्यनां शून्यसाक्षिणी ॥२७  
यस्याः परतरं नास्ति लीला दुर्गा प्रकीर्तिता ।  
तां दुर्गां दुर्गमां देवीं दुराचारविघातिनीम् ।  
नमामि भवभीतोऽहं संसारार्णवतारिणीम् ॥२८  
इदमथर्वणशीर्षं योऽधीते स पञ्चाथर्वणशीर्षजपफल मवा-  
प्योति । इदमथर्वणशीर्षं ज्ञात्वा योऽर्चा स्थापयति ॥२९॥  
शतलक्षं प्रजप्त्वाऽपि नार्चासिद्धिं च विन्दति ।  
शतमष्टोत्तरं चास्याः पुरश्चर्याविधिः स्मृतः ॥३०॥



दशवारं पठेद्यस्तु सद्यः पापैः प्रमुच्यते ।

महादुर्गाणि तरति महादेव्याः प्रसादतः ॥३१॥

प्रातरधीयानो रात्रिकृतं पापं नाशयति । सायमधीयानो दिवमकृतं पापं नाशयति । तत् सायं प्रातः प्रयुञ्जानः पापोऽपापो भवति । निशीथे पुरीयसंध्यायां जप्त्वा वाक्सिद्धिर्भवति । नूतन-प्रतिमायां जप्त्वा देवतासांनिध्यं भवति । प्राणप्रतिष्ठायां जप्त्वा प्राणानां प्रतिष्ठा भवति । भौमाश्विन्यां महादेवीसंनिधौ जप्त्वा महामृत्युं तरति । य एवं वेदेत्युपनिषत् ॥३२॥

समस्त अक्षरों में मूलाक्षर रूप में रहने वाली, चिन्मयातीता, शून्यसाक्षिणी वे सर्वश्रेष्ठ दुर्गा के नाम से प्रसिद्ध हैं । उन संसार सागर से सार करने वाली, दुर्गाचार को नष्ट करने वाली दुर्गा देवी को मैं भव-सागर से भयभीत हुआ नमस्कार करता हूँ ।

इस अथर्वशीर्ष का जप करने वाले को पाँचों अथर्वशीर्ष के जप का फल प्राप्त होता है । इसके बिना जाने हुए लाखों बार अर्चना करने से भी कोई लाभ नहीं हो सकता । इसका दस बार जप करने से समस्त पापों से उसी समय मुक्ति हो जाती है । सायंकाल में पाठ करने से दिन भर के और प्रातःकाल पाठ करने से रात्रि भर के पाप दूर हो जाते हैं । मध्य रात्रि के पाठ से वाक् सिद्धि होती है । भौमाश्विनी योग में पाठ करने से महा-मृत्यु से परित्राण होता है ॥ २७-३२ ॥

॥ देव्युपनिषद् समाप्त ॥

## बह्वृचोपनिषत्

ॐ वाङ् मे मनसि प्रतिष्ठिता मनो मे वाचि प्रतिष्ठितमा-  
विरावीर्म एधि वेदस्थ म आणोस्थः श्रुतं मे माप्रहासीरनेना-  
घोतेनाहोरात्रात्संदधाम्यृतं वदिष्यामि । सत्यं वदिष्यामि ।  
तन्मामवतु । तद्वक्तारमवतु । अवतु माम् । अवतु वक्तारमवतु  
वक्तारम् । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

शान्तिपाठ—ॐ मेरी वाणी मन में स्थिर हो, मन वाणी में  
स्थिर हो, हे स्वयंप्रकाश आत्मा ! मेरे सम्मुख तुम प्रकट होओ ।  
हे वाणी जीर मन ! तुम दोनों मेरे वेद ज्ञान के आधार हो इसलिए  
मेरे वेदाभ्यास का नाश न करो । इस वेदाभ्यास में ही मैं रात्रि-दिन  
व्यतीत करता हूँ । मैं ऋतु भाषण करूँगा, सत्य भाषण करूँगा मेरी  
रक्षा करो, वक्ता की रक्षा करो, मेरी रक्षा करो, वक्ता की रक्षा करो,  
वक्ता की रक्षा करो । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

ॐ देवी ह्येकाऽग्र आसीत् । सैव जगदण्डमसृजत् ।  
कामकलेति विज्ञायते । शृङ्गारकलेति विज्ञायते ॥१॥

तस्या एवब्रह्माऽजीजनत् । विष्णुरजीजनत् । रुद्रोऽजीज-  
नत् । सर्वे महद्गणा अजीनत् । गन्धर्वाप्सरसः । किनरा वादि-  
त्रवादिनः समन्तादजीजनत् । भोग्यमजीजनत् । सर्वमजीजनत् ।  
सर्वं शाक्तमजीजनत् । अण्डजं स्वेदजमुद्भिज्जं जरायुजं यत्  
किंचित्तत् प्राणिस्थावरजङ्गमं मनुष्यमजीजनत् ॥२॥

सैषा परा शक्तिः । सैषा शांभवी विद्या कादिविद्येति वा  
हादिविद्येति वा सादिविद्येति वा रहस्योमोमों वाचि प्रतिष्ठा ॥३॥

सौव पुरत्रयं शरीरत्रयं व्याप्य बहिरन्तरवशासयन्ती देश-  
कालवस्तुवन्तरामङ्गान्महात्रिपुरसुन्दरी वै प्रत्यक् चितिः ॥४॥

सैवात्मा ततोऽन्यदसत्यमनात्मा । अत एषा ब्रह्मसंवित्ति-  
र्भावाभावाकलाविनिर्मुक्ता चिद्विद्याऽद्वितीयाब्रह्मसंवित्तिः सच्चि-  
दानन्दलहरी महात्रिपुरसुन्दरी बहिरन्तरनुप्रविश्य स्वयमेकैव  
विभाति । यदस्ति सन्मात्रम् । यदभाति । चिन्मात्रम् । यत् प्रिय-  
मानन्दम् । तदेतत् सर्वाकार महात्रिपुरसुन्दरी । त्वं चाहं च सर्वं  
विश्वं सर्वदेवता । इतरत् सर्वं महात्रिपुरसुन्दरी । सत्यमेकं  
ललिताऽऽख्य वस्तु तदद्वितीयमखण्डार्थं परं ब्रह्म ॥५॥

पञ्चरूपपरित्यागादवैरूपप्रहाणतः ।

अधिष्ठानं परं तत्त्वमेकं सच्छिष्यते महत् ॥ इति ॥६॥

देवी ने ब्रह्माण्ड की उत्पत्ति की और वही संसार की उत्पत्ति से  
पहले थीं । वह ही कामकला और शृङ्गारकला के नाम से प्रसिद्ध हैं ।  
उन्हीं से ब्रह्मा, विष्णु व रुद्र का प्रादुर्भाव हुआ । उन्हीं से सारे मरुद्गण,  
गन्धर्व, अप्सराएँ और किन्नर उत्पन्न हुए, समस्त भोग सामग्री का कारण  
वही हुई । सब कुछ उन्हीं से सृजन हुआ । शक्ति से ही सब कुछ बना ।  
मनुष्य तथा समस्त स्यावर-जंगम प्राणियों ( अप्स्रज, स्वेदज, उद्भिज,  
जरायुज ) की उत्पत्ति उन्हीं से हुई, उन्हीं को अपना शक्ति, शाम्भवी  
विद्या, कादि विद्या, हृदि विद्या, सादि विद्या, व रहस्यरूपा कहते हैं ।  
वे ही वह अक्षर तत्त्व हैं जो प्रणव का प्रतिपादन करती हैं, प्रवण स्वरूपा  
हैं, प्रत्येक प्राणी की वाणी पर अधिष्ठित हैं । वे ही तीनों अवस्थाओं  
( जाग्रत, स्वप्न और नुपुप्ति ) व तीनों प्रकार के शरीरों ( स्थूल, सूक्ष्म  
और कारण ) में व्याप्त हो रही हैं और वही उनको प्रकाशित कर रही  
हैं । वे देश, काल और वस्तु की सीमा के भीतर रहती हैं, परन्तु यह  
उन्हें स्पष्ट नहीं कर सकते और वे प्रत्येक प्राणी में चेतना उत्पन्न करती

हैं । उन्हीं को आत्मा कहा जाता है । उनको छोड़कर सब कुछ अमत्य और अनात्य है । वे परब्रह्म का बोध कराने वाली विद्या शक्ति हैं । वे ब्रह्म का ज्ञान कराने वाली हैं वे सत्, चित् और आनन्दस्वरूपा हैं । प्रत्येक वस्तु के बाहर और भीतर व्याप्त हो रही हैं । उनके अस्ति, भाति और प्रिय तीनों रूप, सत्, चित् और आनन्द के बोधक हैं । इस प्रकार से वह महात्रिपुरमुन्दरी समस्त स्थूल वस्तुओं में अधिष्ठित है । मैं और तुम, देवता, सारा संसार व शेष सब कुछ वे देवी ही है । ललिता ही सत्य हैं, वे ही परब्रह्म तत्त्व हैं । पाँच रूपों ( अस्ति, भाति, प्रिय, नाम, रूप ) के त्यागने और अपने रूप के न त्यागने से जो सत्ता शेष रह जाती है, उसी को परम तत्त्व कहते हैं ॥ १ ॥

प्रज्ञानं ब्रह्मेति वा अहं ब्रह्मास्मीति वा भाष्यते ।  
तत्त्वमसीत्येव संभाष्यते । अयमात्मा ब्रह्मेति वा अहं ब्रह्मा-  
स्मीति वा ब्रह्मैवाहमस्मीति वा ॥७॥

योऽहमस्मीति वा सोऽहमस्मीति वा योऽसौ सोऽहमस्मीति  
वा या भाव्यते सौषा षोडशी श्रोविद्या पञ्चदशाक्षरी श्रीमहात्रि-  
पुरमुन्दरी बालाऽम्बिकेति बगलेति वा मातङ्गीति वरस्वयं-  
कल्याणीति भुवनेश्वरीति चामुण्डेति चण्डेति वाराहीति तिरस्क-  
रिणीति राजमातङ्गीति वा शुक्श्यामलेति वा लघुश्यामलेति वा  
अश्वारूढेति वा प्रत्यङ्गिरा धूमावती सावित्री सरस्वती गायत्री  
ब्रह्मानन्दकलेति ॥८॥

ऋचो अक्षरे परमे व्योमन् यस्मिन् देवा अधि विश्वे निषेदुः ।  
यस्तन्न वेद किमृचा करिष्यतिय इत्तद्विदुस्त इमे समासते ॥  
इत्युपनिषत् ॥९॥

“प्रज्ञान ही ब्रह्म है” व “मैं ही ब्रह्म हूँ” आदि वाक्यों से उसी परम तत्त्व को व्यक्त किया जाता है । जब तक ‘वह-तु-मैं’ कहते हैं तो हम उसी को प्रकट करते हैं । ‘जो वह है, वह ही मैं हूँ’ ‘वह भी मैं

हैं” “ब्रह्म भी मैं ही हूँ” “आत्मा ब्रह्म है” यदि वाक्यों द्वारा उसी परम विद्या का विवेचन होता है। उसी पञ्चदशाक्षरवाली देवी के ही वाला, अम्बिका, वगला, मातङ्गी स्वयंवर-कल्याणी, भुवनेश्वरी, चामुण्डा, चण्डा, वाराही, तिरस्करिणी, राजमातङ्गी, शुक्लश्यामला, लघुश्यामला, अश्वारूढा, प्रत्यङ्गिरा, धूमावती, सावित्री, सरस्वती, ब्रह्मानन्दकला, आदि नाम है। जिस विनाश को प्राप्त न होने वाले आकाश में सारे देवता विराजमान रहते हैं, उसी परम आकाश में ऋचाएँ अधिष्ठित हैं। जो उस परम आकाश को भली-भाँति समझने की चेष्टा नहीं करता, वह केवल ऋचाओं के पढ़ने से कुछ नहीं कर सकता। उसको भली प्रकार समझ लेने वाले ही उसमें सदा निवास करने का स्थान पा जाते हैं।

॥ बह्वृचोपनिषद् समाप्त ॥

## सौभाग्यलक्ष्म्युपनिषत्

ॐ वाङ् मे मनसि प्रतिष्ठिता मनो मे वाचि प्रतिष्ठितमावि-  
रावीर्म एधि । वेदस्य म आणोस्थः श्रुतं मे मा प्रहासीरतेना-  
धीतेनाहोरात्रान्सन्दधाम्युतं वदिष्यामि । सत्यं वदिष्यामि । तन्मा-  
मवतु । तद्वक्तारमवतु । अवतु माम् । अवतुवक्तारमवतु वक्तारम् ॥  
ॐ शान्तिः । शान्तिः । शान्तिः ।

शान्ति पाठ—ॐ मेरी वाणी [मन में स्थिर हो, मन वाणी में  
स्थिर हो, हे स्वयंप्रकाश आत्मा ! मेरे सम्मुख तुम प्रकट होओ । हे  
वाणी और मन ! तुम दोनों मेरे वेद ज्ञान के आधार हो, इसलिए  
मेरे वेदाभ्यास का नाश न करो । इस वेदाभ्यास में ही मैं रात्रि-दिन  
व्यतीत करता हूँ । मैं ऋतु भाषण कहूँगा, संस्य भाषण कहूँगा, मेरी  
रक्षा करो, वक्ता की रक्षा करो, मेरी रक्षा करो, वक्ता की रक्षा करो,  
वक्ता की रक्षा करो । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

### प्रथमः खण्डः

अथ भगवन्तं देवा ऊदुर्हे भगवन्नः कथय सौभाग्यलक्ष्मी-  
विद्याम् ॥१॥

तथेत्यवोचद्भगवानादिनारायणः सर्वे देवा यूय सावधान  
मना भूत्वा शृणुत । तुरीयरूपां तुरीयातीतां सर्वोत्कृष्टां सर्व-  
मन्त्रासनगतां पीठोपपीठदेवतापरिवृतां चतुर्भुजां श्रियं हिरण्य-  
वर्णामिति पञ्चदशभिर्गर्गायथ ॥२॥

अथ पञ्चदशऋगात्मकस्य श्रीसूक्तस्यानन्दकदर्भचिकलीतेन्दि-  
रासुता ऋषयः । । श्रीरिष्याद्या [या] ऋचः । चतुर्दशानामुचा-

मानन्दाह्वयः । हिरण्यवर्णमित्यादयूक्तयस्यानुष्टुप् छन्दः । कासोऽस्मीत्यस्य बृहती छन्दः । तदन्यर्याद्विं योस्त्रिष्टुप् । पुनरष्ट-  
कस्यानुष्टुप् । शेषस्य प्रस्तारपङ्क्तिः । श्रयग्निर्देवता । हिरण्य-  
रजतस्रजा बीजम् । कासोऽस्मीति शक्तिः । हिरण्मया चन्द्रा  
णचनस्रजा हिरण्यस्रजा हिरण्या हिरण्यवर्णेति प्रणवादिनमोऽर्जुनै-  
श्वर्यतुष्ट्यन्तैरङ्गन्यासः । अव वक्त्रयैरङ्गन्यासः मस्तकलोचन-  
श्रुतिघ्राणवदन कण्ठबाहुद्वयहृन्नाभिगुह्यपायूरजानुजङ्घेपु श्री  
सूक्तैरेव क्रमशोऽन्यसेत् ॥३॥

अमलकमलसंस्था तद्रजः पुञ्जवर्णं

करकमलघृतेष्वाभीतियुग्मांस्वजा च ।

मार्गिकटकविचित्रालंकृताकल्पजालैः

सकलभुवनमाता संततं श्रीः श्रियै नः ॥४॥

एक समय की बात है, भगवान् आदि नारायण से देवताओं ने निवेदन किया—‘प्रभो ! सौभाग्यलक्ष्मी विद्या का हमारे उपदेश करिये ।

भगवान् ने कहा—‘देवताओं ! एकाग्र मन से सुनो । स्थूल, सूक्ष्म और कारण रूप अवस्थानों से जो तुरीयावस्था, वरन् तुरीयावस्था से आ परे निर्गुण एवं विकराल रूप वाली हैं, जो मन्त्र रूप आसन पर प्रतिष्ठित होने वाली हैं, पीठों और उपपीठों में विराजमान देवगण से घिरी हुई हैं, उन चार भुजा वाली लक्ष्मीजी का श्रीसूक्त की पन्द्रह ऋचाओं के द्वारा चितन करना चाहिए ।

उन पन्द्रह ऋचाओं के ऋषि इन्दिरा, आनन्द, कर्दम और चिव-  
सीत हैं । प्रथम मंत्र की ऋषि इन्दिरा शेष मंत्रों के ऋषि पुत्र हैं । प्रथम तीन ऋचाओं का छन्द अनुष्टुप् चौथी का बृहती, पांचवीं-छठवीं का त्रिष्टुप् सातवीं से चौदवीं तक का अनुष्टुप् और प्रस्तार पंक्ति हैं ।

देवता श्री और अग्नि, बीज 'हिरण्यवर्णम्', शक्ति 'का सोत्तिभ' है । हिरण्यमयी, चन्द्रा, रजतस्रजा, हिरण्यस्रजा हिरण्या, हिरण्यवर्ण इन नामों को चतुर्थी विभक्ति में रखकर ओंकार से आरम्भ कर अन्त में नमः उच्चारण करता हुआ न्यास करे ।

फिर श्रीसूक्त के मन्त्रों से अङ्गन्यास करे फिर निम्न मन्त्र से ध्यान करे—

‘अरुण वर्ण के कमलदल पर विराजमान, कमल-पराग की राशि के समान पीले रङ्ग वाली, वर-मुद्रा, अभय-मुद्रा और दो हाथों में कमल-पुष्प-धारिणी, मणिमय कंकणों से अलङ्कृत, सब लोकों की माता श्री महालक्ष्मी हमें निरन्तर श्री से सम्पन्न बनावे’ ॥१—४॥

तत्पीठम् । कर्णिकायां सप्ताध्यं श्रीबीजम् । वस्वादित्य-कलापद्मेषु श्रीसूक्तगताधार्धर्चा तद्वह्नियः शुचिरिति मातृकया च श्रियं यन्ताङ्गदशशं च विलिख्य श्रियमावाहयेत् ॥५॥

अङ्गः प्रथमाऽऽवृत्तिः । पद्मादिभिर्द्वितीया । लोकेशैस्तृतीया । तदायुधैस्तुरीयाऽऽवृत्तिर्भवति । श्रीसूक्तैरावाहनादि । षोडशसहस्रजपः ॥६॥

सौभाग्यरमैकाक्षर्या भृगुनृचद्गायत्रीश्रिय ऋष्यादयः ।

शमिति बीजशक्तिः । श्रामित्यादि षडङ्गम् ॥७॥

ययाद्भूयो द्विपद्माभयवरदकरा तप्तकातस्वराभा

शुभाभ्राभ्राभेभयुग्मद्वयकरघृतकुम्भाद्भिरासिच्यमाना ।

रत्नौघाबद्धमौलिर्विमलतरदुकूलार्त्वालेपनाढ्या

पद्माक्षी पद्मनाभोरसि कृतवसतिः पद्मगा श्रीः श्रियैः नः ॥८॥

पीठ कर्णिका के भीतर साध्य कार्य श्रीबीज लिखे फिर अष्टदल, द्वादशदल और षोडशदल वाले पद्मों पर भूवृत्तों के मध्य में श्रीसूक्त की



आधी-आधी ऋचा लिखे । फिर निर्भूवृत्त में फलश्रुतिरूप ऋचा लिख कर षोडशार के बीच में और ऊपर 'अ' से 'स' कार तक मातृका वर्णों का लेखन करे । सबसे ऊपर निर्भूवृत्त में वषट् सम्पन्न त्वरिता वीज के सहित श्रीबीज का लेखन करे । इस प्रकार दश अङ्गों वाला श्रीचक्र बनावे ।

अङ्ग मन्त्रों के द्वारा प्रथम आवरण पूजा की जाती है । पद्म निधियों के द्वारा दूसरी चार आवरण पूजा की जाती है । लोकपालों के द्वारा तृतीय आवरण पूजा होती है । वज्रादि आयुधों के द्वारा चतुर्थ आवरण पूजा का क्रम है । श्रीसूक्त की ऋचाओं से आवाहनादि कार्य किये जाते हैं । इतना करने के पश्चात् पुरश्चरण के लिए सोलह हजार मंत्र-जप का विधान है ।

एकाक्षर सौभाग्यलक्ष्मी मन्त्र के ऋषि भृगु, छन्द नीचूद्गायत्री और देवता श्री हैं । वीज 'श्री' और अङ्गन्यास 'श्री' इत्यादि के द्वारा होता है ।

जिन श्रीदेवी ने अपने दो हाथों में कमल तथा दो में वर मुद्रा और अभयमुद्रा ग्रहण की हुई हैं, जिनके देह की कान्ति स्वर्ण के समान है, जो शुभ मेष के समान आभा वाली दो हाथियों की सूँडों में धारण किये कलशों के जल से अभिषिक्त हो रही हैं, जिनके सिर पर लाल वर्ण के रत्नों का मुकुट सुशोभित है, जिनके अंगों पर ऋतु के अनुकूल अंग राग लिपे हुए हैं, जो स्वच्छ वस्त्र वाली हैं, कमल के समान नेत्र वाली, पद्मनाभ निवासिनी, कमलासना श्रीदेवी हमारे निमित्त परम ऐश्वर्य प्रदान करावें ॥५—८॥

तत्पीठम् । अष्टपत्रं वृत्तवयं द्वादशराशिखण्डं चतुरश्रं रमापीठं भवति । कार्णिकायां सप्ताष्ट्यं श्रीबीजम् । विशति-रुन्नतिः कान्तिः सृष्टिः कीर्तिः सन्नतिर्व्यरिष्टस्तृष्टि ऋद्धिरिति प्रणवादिनमोऽन्तैश्चतुर्थ्यन्तैर्नैवशक्ति यजेत् ॥६॥

अङ्गैः प्रथमाऽऽवृत्तिः । वासुदेवादिद्वितीया । बालक्यादि-  
स्तृतीया । इन्द्रादिभिरचतुर्थी भवति । द्वादशलक्षजपः ॥ १० ॥

श्रीलक्ष्मीर्वरदा विष्णुपत्नी वसुप्रदा हिरण्यरूपा स्वर्ण-  
मालिनी रजतस्रजा स्वर्णप्रभा स्वर्णप्राकारा पद्मवासिनी पद्म-  
हस्ता पद्मप्रिया मुक्तालङ्कारा चन्द्रा सूर्या विल्वप्रिया ईश्वरी  
भुक्तिमुक्तिविभूतिर्ऋद्धिः समृद्धिः कृष्टिः पुष्टिर्धनदा धनेश्वरी श्र-  
द्धा भोगिनी भोगदा धात्री विद्यात्रीत्यादिप्रणवादिनमोऽन्ताभ्युत्थ-  
न्ता मंत्राः । एकाक्षरवदङ्गादिपीठम् । लक्षजपः । दशांश तर्पणम् ।  
शतांशं हवनम् । सहस्रांशं द्विजवृत्ति ॥ ११ ॥ निष्कामानामेव श्री-  
विद्यासिद्धिः । न कदाऽपि सकामानामिति ॥ १२ ॥

तीन वृत्तों से युक्त रमापीठ मंत्र अङ्कित करे । अष्टदल कर्णिका  
में साध्य सहित श्री बीज लिखे । प्रारम्भ से ओंकार और अन्त में नमः के  
योग सहित प्रत्येक नाम के साथ चतुर्थी विभक्ति के प्रयोग द्वारा नौ  
शक्तियों की पूजा करे । विभूति, उन्नति, कान्ति, सृष्टि, कीर्ति, सन्नति,  
व्युष्टि, सत्कृष्टि एवं ऋद्धि यही नौ शक्तियाँ हैं । अङ्गन्यास द्वारा प्रथम  
आवरण पूजा करे । वासुदेव, सङ्कर्षण, प्रद्युम्न और अनिरुद्ध का  
क्रमशः पूजन करे । इस प्रकार द्वितीय आवरण पूजा होती है । फिर  
बालकी आदि की पूजा द्वारा तृतीय आवरण को पूजे । फिर इन्द्रादि  
देवों और उनके आयुधों के द्वारा चतुर्थ आवरण की पूजा करे । पुरश्चरण  
के निमित्त द्वादशलक्ष मंत्र-जप का विधान है ।

व्यसारी विद्या के पूजन में आदि में ओंकार और अन्त में नमः  
लगांकर प्रत्येक नाम की चतुर्थी विभक्ति सहित प्रयोग होता है । श्री,  
लक्ष्मी, वरदा, विष्णुप्रिया, हिरण्यरूपा, वसुप्रदा, रजतस्रजा, स्वर्ण-  
मालिनी, स्वर्णप्रभा, स्वर्णप्रकाश, पद्मवासिनी, पद्महस्ता, पद्मप्रिया,  
विल्वप्रिया, चन्द्रसूर्या, मुक्तालङ्कार, ईश्वरी, भुक्ति, मुक्ति, विभूति, ऋद्धि,

समृद्धि, कृष्टि, पुष्टि, घनदा, घनेश्वरी, श्रद्धा, सावित्री, भोगिनी, भोगदा, धात्री, विधात्री, प्रभृति नामों के द्वारा शक्ति-पूजन करे । एकाक्षर मंत्र के समान ही पीठ पूजा की जाती है । पुरुषचरण के निमित्त एक लक्ष मंत्र-जप करना चाहिए । जप का दसवां भाग तर्पण, तर्पण का दसवां भाग हवन और हवन का दसवां भाग ब्राह्मण भोजन कराना चाहिये । इस श्रीविद्या की प्राप्ति उन्हीं को होती है जो कामना-रहित भाव से उपासना करते हैं । कामना सहित उपासना करने वालों को इसकी सिद्धि नहीं होती ॥ ६—१२ ॥

### द्वितीयः खण्डः

अथ हैनं देवा ऊचुस्तुरीयया मायया निर्दिष्टं तत्त्वं  
ब्राह्मीत तथेति स होवाच—

योगेन योगो ज्ञातव्यो योगो योगात् प्रवर्धते ।  
योऽप्रमत्तस्तु योगेन स योगी रमते चिरम् ॥ १ ॥  
समापय्य निद्रां सुजीर्णोऽल्पभोजी  
श्रमत्याज्यवाधे विविक्ते प्रदेशे ।  
सदाऽसीत निस्तुण्ण एष प्रयत्नो-  
ऽथ वा प्राणराघो निजाम्यासमार्गात् ॥ २ ॥  
वक्त्रेणापूर्य वायुं हुतबह्निलयेऽपानमाकृष्य धृत्वा  
स्वाङ् गुहाद्यङ् गुलीभिर्वरकरतलयोः षड्भिरैवं निरुध्य ।  
श्रोत्रे नेत्रे च नासापुटयुगलमथोज्जेन मार्गेण सम्यक्  
पश्यन्ति प्रत्ययांसं प्रणवबहुविधध्यानसंलीनचित्ताः ॥ ३ ॥

आदि नारायण से देवताओं से निवेदन किया—‘भगवन् ! तुरीया माया द्वारा निर्दिष्ट तत्त्व के सम्बन्ध में हमें उपदेश दीजिये ।’

भगवान् आदि नारायण ने कहा—‘योग’ से योग की वृद्धि होती है, इसलिए योग के द्वारा ही योग को जाने। योग में सदा दत्तचित्त योगी चिरकाल तक सुख का उपभोग करता है। मितेभोगी साधक राग-द्वेषादि मल के परिपक्व होने पर आलस्य-रहित होकर तथा इस विविध प्रपञ्च को ब्रह्मात्म-प्राप्ति में रोड़ा समझकर एकान्त-साधन करता है। वह या तो राजयोग में प्रवृत्त होता है अथवा गुह्य द्वारा बताये हुए छठ योग वाले मार्ग पर चलता है। इस प्रकार योगी इन दो प्रकार के योगों में से किसी एक का अवलम्बन करता है। जो साधक प्राणायाम का अभ्यास करते हैं वे मुख द्वारा वायु को भीतर खींचते और अपानवायु को नाभि में जठराग्नि कोष्ठ में खींचकर मुख द्वारा खींची हुई वायु का उससे संयोग कराते हैं, फिर अंशूटे, अंशुलियों और हथेलियों से कान, नेत्र और नासा-पुटों को बन्द कर प्राणायाम द्वारा प्रणव का चिन्तन कर, उसी में रमण करते हुए आत्म-साक्षात्कार करते हैं ॥ १-३ ॥

श्रवणमुखनयननासानिरोधनेनैव कर्तव्यम् ।

शुद्धसुषुम्णासरणी स्फुटममलं श्रूयते नादः ॥४॥

विचित्रघोषसंयुक्ताऽनाहते श्रूयते ध्वनिः ।

दिव्यदेहश्च तेजस्वी दिव्यगन्धोऽप्यरोगवान् ॥५॥

संपूर्णहृदयः शून्ये त्वारम्भे योगवान् भवेत् ।

द्वितीयां विषटीकृत्य वायुर्भवपि मध्यगः ॥६॥

कान, नाक, मुख, नेत्र के छिद्रों को बन्द करने पर अभ्यास की एक अन्य विधि भी सिद्ध होती है। उनके द्वारा शुद्ध सुषुम्णा नाड़ी में प्रणव का अनाहत नाद सुना जाता है। अनाहत चक्र में ध्वनि सुनते हुए विभिन्न प्रकार के विचित्र घोष सुनाई देते हैं। यह साधना साधक का अत्यन्त तेजस्विता प्राप्त कराती है। उसके देह से दिव्य तेज आती है और वह स्वस्थ होता हुआ दिव्य शरीर को प्राप्त होता है। शून्य में

पूर्ण मनोयोगपूर्वक ध्वनि सुनते रहने से आरम्भ में साधक योग से युक्त होता है । इस प्रकार इच्छा शक्ति द्वारा प्रेरित जीवात्मा जब सुषुम्णा मार्ग पर अग्रसर होता है तब स्वाविष्टान चक्र को भेदकर उसके मध्यवर्ती छिद्र के द्वारा प्राणवायु सुषुम्णा में प्रविष्ट हो जाता है ॥ ४-६ ॥

दृढासनो भवेद्योगी पद्माद्यासनसंस्थितः ।

विष्णुग्रन्थेस्ततो भेदात् परमानन्दसंभवः ॥७॥

अतिशून्यौ विमर्दश्च भेरीशब्दस्ततो भवेत् ।

तृतीयां यत्नतो भित्त्वा निनादो महलध्वनिः ॥८॥

महाशून्यं ततो याति सर्वसिद्धिसमाश्रयम् ।

चित्तानन्दं ततो भित्त्वा सर्वपीठगतानिलः ॥९॥

निष्पत्तौ वैष्णवः शब्दः क्वणतीति क्वणो भवेत् ।

एकीभूतं तदा चित्तं सनकादिमुनीडितम् ॥१०॥

अन्तेऽनन्तं समारोप्य खण्डेऽखण्डं समर्पयन् ।

भूमानं प्रकृतिं ध्यात्वा कृत्यकृत्योऽमृतो भवेत् ॥११॥

योगेन योगं संरोध्य भावं भावेन चाञ्जसा ।

निर्विकल्प परं तत्त्वं सदा भूत्वा परं भवेत् ॥१२॥

अहंभावं परित्यज्य जगद्भावमतीदृशम् ।

निर्विकल्पे स्थितो विद्वान् भूयो नाप्यनुशोचति ॥१३॥

पद्मासन में स्थित योगी दृढ़ अभ्यास में सफल होता है । इसके पश्चात् तृतीय मणिपूरक नामक चक्र में स्थित जो माया अनेक कामनाओं की वृद्धि करती रहती है, उसे विच्छिन्न कर देने पर परम आनन्द प्राप्त हो सकता है । शून्य को लांघता हुआ प्राणवायु जब नाड़ी के साथ सङ्घटित होता है तब उससे भेरी सदृश्य ध्वनि सुनाई देती है । तृतीय

मणिपूरक चक्र के भेद कर चलने पर प्राणवायु से मृदङ्ग की-सी ध्वनि निकलती है । फिर अन्य चक्रों को भेदता हुआ चलने वाला प्राणवायु महाशून्य में पहुँच कर सब प्रकार की सिद्धियाँ प्राप्त करता है । तदनन्तर प्राणवायु तालु चक्र द्वारा चित्त को जीतकर तालुचक्र का भेदन करता है वहाँ चित्त स्थित सभी आनन्द उसे प्राप्त होते हैं ॥ ७—९ ॥

इस साधना के अन्त में प्रणव शब्द के रूप में स्वयं प्रकट होकर गूँजता है । चित्त उसमें लीन हो जाता है । यह कथन सनकादि मुनियों का है । उस महाचक्र में स्थित साधक अन्त में अनन्त का समारोप करता है । माया प्रस्त रूप को ब्रह्मा में समर्पित कर साधक आत्मा की सर्वव्याप्तता के चिन्तन द्वारा कृतकृत्य होता हुआ अमृतत्व प्राप्त करता है । असंप्रज्ञता योग द्वारा संप्रज्ञात योग पर विजय पावे और अभाव से भाव का निरोध करे । तब साधक निर्विकल्प समाधि को प्राप्त होकर कैवल्य में स्थित होता है । उस समय उसका अहं भाव मिट जाता है और मायामय संसार भी लुप्त हो जाता है । ऐसे ज्ञानी साधक को फिर ममत्व नहीं घेरता ॥ १०—१३ ॥

सलिले सैन्धवं यद्वत् साम्यं भवति योगतः ।  
 तथाऽऽत्ममनसोरैक्यं समाधिरभिधीयते ॥१४  
 यदा संक्षीयते प्राणो मानसं च प्रलीयते ।  
 तदा समरसत्वं यत् समाधिरभिधीयते ॥१५  
 यत् समत्वं तयोरत्र जीवात्मपरमात्मनोः ।  
 समस्तनष्टसङ्कल्पः समाधिरभिधीयते ॥१६  
 प्रभाशून्यं मनःशून्यं बुद्धिशून्यं निरामयम् ।  
 सर्वशून्यं निराभासं समाधिरभिधीयते ॥१७  
 स्वयमुच्चलिते देहे देही नित्यसमाधिना ।  
 निश्चलं तं विजानीयात् समाधिरभिधीयते ॥१८

यत्रयत्र मनां याति तत्रतत्र परं पदम् ।

तत्रतत्र परं ब्रह्म सर्वत्र समवस्थितम् ॥१८

जल में मिलाया हुआ नमक उसी में घुलमिल जाने के समान, मन जब आत्मा में विलीन हो जाता है उस अवस्था को समाधि कहते हैं । प्राणायाम के द्वारा सम्यक् रूप से क्षीण हुआ प्राणवायु जब कुम्भक में स्थिर होता है और चित्तवृत्तियों का लोप हो जाता है, तब चित्त और आत्मा का एकीभाव समाधि कहा जाता है । समाधि उस अवस्था का नाम है, जिसमें जीव आत्मा का परमात्मा से समत्व होने पर सभी सङ्कल्प मिट जाते हैं । सांसारिक बोध-रहित जिस स्थिति में मन-बुद्धि का पूर्ण विलीनीकरण हो जाने पर सब कुछ शून्यवत् दिखाई पड़ता है, उस अवस्था को निरामय कहते हैं, वही समाधि कही जाती है । शरीर के इधर-उधर गमन करने पर भी चित्त का निश्चल एवं ध्यानमग्न रहना समाधि की अवस्था ही है । उस अवस्था में साधक का मन जहाँ भी गमन करता है, वहीं उसे परम पद उपलब्ध होता है । उसके लिए परम ब्रह्म सर्वत्र समान रूप से अवस्थित रहता है ॥ १४—१६ ॥

तृतीयः खण्डः

अथ हैनं देवा ऊर्ध्वर्नवचक्रविवेकमनुब्रूहीति ।

तथेति स होवाच—

आधारे ब्रह्मचक्रं त्रिरावृत्तभङ्गिमण्डलाकारं तत्र मूलकन्दे शक्तिः पावकाकारं ध्यायेत् तत्रैव कामरूपपीठं सर्वकामप्रदं भवति इत्याधारचक्रम् ॥ १ ॥

द्वितीयं स्वाधिष्ठानचक्रं षड्दलं तन्मध्ये पश्चिमाभिमुखं

लिङ्गं प्रवालाङ्कुरसदृशं ध्यायेत् तत्रैवोड्याणपीठं जगदाकर्षण-  
सिद्धिदं भवति ॥ २ ॥

तृतीयं नाभिचक्रं पञ्चावर्तं सर्पकुटिलाकारं तन्मध्ये कुण्ड-  
लिनीं बालार्ककोटिप्रभां तटित्संनिभां ध्यायेत् सामर्थ्यशक्तिः सर्व-  
सिद्धिप्रदा भवति मणिपूरकचक्रम् ॥ ३ ॥

हृदयचक्रमष्टदलमधोमुखं तन्मध्ये ज्योतिर्मयं लिङ्गाकारं  
ध्यायेत् सर्वं हंसकला सर्वप्रिया सर्वलोकवश्यकरी भवति ॥ ४ ॥

कण्ठचक्रं चतुरङ्गुलं तत्र वामे इडा चन्द्रनाडी दक्षिणे  
पिङ्गला सूर्यनाडी तन्मध्ये सुषुम्नां श्वेतवर्णां ध्यायेत् य एवं  
वेदानाहुतसिद्धिदा भवति ॥ ५ ॥

तालुचक्रं तत्रामृतधाराप्रवाहो घण्टिकालिङ्गं मूलचक्रं-  
रन्ध्रे राजदन्तावलम्बिनीविवरं दशमद्वारं तत्र शून्यं ध्यायेत्  
वित्तलयो भवति ॥ ६ ॥

सप्तमं भूचक्रमङ्गुष्ठमात्रं तत्र ज्ञाननेत्रं दीपशिखाऽऽकारं  
ध्यायेत् तदेव कपालकन्दं वाक्सिद्धिदं भवत्याज्ञाचक्रम् ॥ ७ ॥

ब्रह्मरन्ध्रं निर्वाणचक्रं तत्र सूचिकागृहेतरं धूम्रशिखाऽऽ-  
कारं ध्यायेत् तत्र जालन्धरपीठं मोक्षप्रदं भवतीति परब्रह्म-  
चक्रम् ॥ ८ ॥

नवममाकाशचक्रं तत्र षोडशदलपद्मनूतर्ध्वमुखं तन्मध्यकणिं  
कात्रिकटाकारं तन्मध्ये ऊर्ध्वशक्तिज्ञां परशून्यं ध्यायेत् तत्रैव  
पूर्णगिरिपीठं सर्वेच्छासिद्धि साधनं भवति ॥ ९ ॥

देवताओं ने पुनः भगवान् आदि नारायण से निवेदन किया—  
‘प्रभो ! नव चक्र विवेक के सम्बन्ध में हमारे प्रति उपदेश करिये ।’

भगवान् आदिनारायण ने कहा—‘मूलाधार स्थित जो ब्रह्मचक्र  
है, वह योनि के आकार के तीन धेरों वाला है । वहाँ कणिकामूल में  
सुप्त सर्प के आकार में कुण्डलिनी शक्ति स्थित है । जब तक वह जाग्रत



न ही तब तक भगवती हुई ज्वाला के रूप में उसका ध्यान करे। भगवती त्रिपुरा का कामरूप पीठ नामक स्थान वहीं है। उसकी अर्चना के द्वारा सभी भोगों की प्राप्ति हो सकती है। यह आधार नाम वाले प्रथम चक्र के सम्बन्ध में कहा गया ॥ १ ॥

षट्दल पद्म का स्वाधिष्ठान चक्र दूसरा है। उस छः दल के कमल के कणिका पृष्ठ में एक लाल वर्ण के शिवलिंग का पश्चिमाभिमुख चिन्तन करे। वहाँ उड्यान पीठ है उसकी उपासना विश्व आकर्षण की सिद्धि प्राप्त कराने वाली है। तृतीय नामिचक्र टेढ़ा, सर्पाकार तथा पाँच घेरो वाला है। उस चक्र में करोड़ों बालसूयों की-सी ज्योति बाली तथा तद्धित के समान कृशांग कुण्डलिनी शक्ति का ध्यान करे। जाग्रत होने पर यह शक्ति अत्यन्त सामर्थ्य वाली होती है तथा सब सिद्धियाँ देती हैं। मणिपूरक चक्र आठ दल वाले कमल के आकार का तथा निम्नमुख रहता है यही हृदय चक्र है। इसमें ज्योतिर्मय लिंग का चिन्तन करे। वह ज्योतिर्मय लिंग हृत्कला नाम से सर्वप्रिय है। उसकी जाग्रति पर सर्वलोक वश करने की सामर्थ्य प्राप्त होती है। कण्ठ में एक चार अंगुल प्रमाण का चक्र है। उसमें बायीं ओर इडा और दायीं ओर पिंगला नाड़ी है। इन दोनों के मध्य श्वेतवर्ण वाली सुषुम्णा नाड़ी का चिन्तन करे। इसे जानने वाले को अनाहत चक्र सिद्धि देने वाला है। इससे आगे जो तालुचक्र है उसमें अमृत की धार निरन्तर बहती रहती है। इस तालुचक्र में दस-बारह दल होते हैं। आगे दाँतों की जड़ तक विस्तृत हुआ जो चक्र के आकार का छिद्र है उसमें तालुचक्र है। उसमें शून्य का ध्यान करे ऐसा करने से चित्त शून्यरत होता है। अँगूठे के परिणाम का सातवां भूचक्र है। उसमें निवात दीप शिखा के आकार वाले ज्ञान नेत्र का चिन्तन करे। इस चक्र के जाग्रत होने पर कपाल-कन्द और उनसे सम्बन्धित विषयों का ज्ञान मिलता है। आठवां अज्ञाचक्र है, वही ब्रह्मरन्ध्र कहा जाता है। उस रन्ध्र का परिणाम सुई की नोक के समान

है । वहाँ धूम्रशिखा रूप का चिन्तन करे । वहाँ जालंधर पीठ है, जिसकी उपासना से मोक्ष मिलती है । इसलिए इसे परब्रह्म चक्र भी कहा गया है । नीचा चक्र आकाश चक्र है । वहाँ सोलह दल वाला कमल ऊपर की ओर मुस वाला है । उसकी मध्य कणिका त्रिगुणों की जननी होने से तीन शिखरों वाले पर्वत के आकार की बतार्ई गई है । उसके मध्य ऊपर की ओर झुकी हुई शक्ति है, उसका अवलोकन करते हुए चिन्तन करे । वहीं पूर्ण गिरि पीठ है, उसकी उपासना से सब कामनायें सिद्ध होती हैं ॥ २-६ ॥

सौभाग्यलक्ष्म्युपनिषदं नित्यमधीते सोऽग्निपूतो भवति स वायुपूतो भवति स सकलघनधान्यसत्पुलकलत्रहयभूगजपशुमहिषी-  
दासीदासयोगज्ञानवान् भवति न स पुनरावर्तत इत्युपनिषत् । १०।

जो इस सौभाग्यलक्ष्मी उपनिषद् का नित्य पाठ करता है, वह अग्निपूत और वायुपूत होता है । वह सब धन, धान्य, स्त्री, पुत्र, हाथी, अश्व, गी, भैंस तथा भृत्यादि युक्त ऐश्वर्य से सम्पन्न ज्ञानी होता है तथा अन्त में परम पद को प्राप्त होकर वहाँ से फिर नहीं लौटता ॥ १० ॥

॥ सौभाग्यलक्ष्म्युपनिषत् समाप्त ॥

## त्रिपुरोपनिषत्

ॐ वाङ् मे मनसि प्रतिष्ठिता मनो मे वाचि प्रतिष्ठिता-  
विरावीर्म एधि वेदस्य म आणोस्यः श्रुतं मे माप्रहासीरनेना-  
र्घातेनाहोरात्रात्संदधाम्यृतं वदिष्यामि । सत्यं वदिष्यामि ।  
तन्मामवतु । तद्वक्तारमवतु । अवतु माम । अवतु वक्तारमवतु  
वक्तारम् । ॐ शांतिः शांतिः शांतिः ॥

शान्तिपाठ—ॐ । मेरी वाणी मन में स्थिर हो, मन वाणी में  
स्थिर हो, हे स्वयंप्रकाश आत्मा ! मेरे सन्मुख तुम प्रकट होओ । हे वाणी  
और मन ! तुम दोनों मेरे वेद ज्ञान के आधार हो, इसलिए मेरे वेदा-  
भ्यास का नाश न करो । इस वेदाभ्यास में ही मैं रात्रि-दिन व्यतीत  
करता हूँ । मैं ऋतु भाषण करूँगा, सत्य भाषण करूँगा, मेरी रक्षा करो,  
वक्ता की रक्षा करो, मेरी रक्षा करो, वक्ता की रक्षा करो, वक्ता की  
रक्षा करो । ॐ शांति शांति शांति ।

तिस्रः पुरस्त्रिपथा विश्वचर्षणा अत्राकथा अक्षराः सन्निविष्टाः ।  
अध्विष्ठायैना अजरा पुराणी महत्तमा महिमा देवतानाम् ॥१  
नवयोनिं नव चक्राणि दीधिरे नवैव योगा नव योगिन्यश्च ।  
नवानां चक्रा अध्विनाथाः स्योना नवभद्रा नव मुद्रा महीनाम् ॥२  
एका स आसीत् प्रथमा सा नवासीदा सोनविंशादा सोनत्रिंशात् ।  
चत्वारिंशादथतिस्रः समिध्वा उशतीरिव मातरो माऽऽविशन्तु ॥३  
ऊर्ध्वज्वलनं ज्योतिरग्रे तमो वै तिरश्चीनमजरं दद्रजोऽभूत् ।  
आनन्दनं मोदनं ज्योतिरिन्दोरेता उ वै मण्डला मण्डयति ॥४  
यास्तिस्रौ रेखाः सदनानि भूस्त्रीस्त्रिविष्टपास्त्रिगुणास्त्रि  
प्रक्ताराः ।

एतत्त्रयं पूरकं पूरकाणां मन्त्रप्रतते मदनो मदन्या ॥५

जो अपनी अज्ञ दृष्टि द्वारा कल्पित व्यष्टि, समष्टि भेद से युक्त स्थूल व सूक्ष्म कारण वाले तीन पुर हैं, एवं जो देवयान पितृयान आदि भेद से, कर्मोपासना ज्ञानकाण्ड से, ज्ञान, विज्ञान, सम्बन्ध ज्ञान के भेद से विकल्पित जो तीन रास्ते हैं, साथ ही 'अकथादि श्रीपीठ' इत्यादि श्रुति के अनुरोध से इस श्रीचक्र में जो अ से लेकर क्ष पर्वन्त के अक्षर सन्निविष्ट हैं, इन पुरों, इन पथों इन अक्षरों को जीवेश प्रत्यक् पर आत्मा से अधिष्ठित करके महा महिमामय अर्थात् सृष्टि निर्माण की सामर्थ्यरूपिणी स्थूल आदि जो तीन शरीर उनसे विलक्षण जराहीन महान् कोई चिरंतन चिद् शक्ति सर्वोत्कृष्ट रूप से विराजमान है, वही सर्वोत्तम है ॥ १ ॥

जिसका आश्रय लेकर वयोनियाँ अर्थात् महात्रिपुरसुन्दरी आदि शक्तियाँ, सर्वानन्दमय आदि नीचक्र, यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधि, सहयोग भेद से नौ योग तथा नौ चक्रों के अन्दर रहने वाली नौ योगनियाँ प्रकाशित होती हैं। नौ जो देवताओं की आधार भूमियाँ उनके चक्राधिनाथ तथा प्रतिहारिणियाँ कामेश्वरी आदि मन्त्रायें तथा योनि आदि नौ मुद्रायें भी इसी पर आश्रित हैं। इसके ही आश्रय से प्रकाशित होती हैं।

ऐसी यह प्रधान रूपा एक ही थीं और वही यह नवभद्र आदि रूप में थीं और पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ पाँच कर्मेन्द्रियाँ पाँच प्राण तथा अन्तःकरण चतुष्टय (चार) भेद से जो उन्नीस तत्त्व समूह है उससे उत्पन्न जो शक्तियाँ उनके स्वरूप में भी यही थीं। साथ ही दस इन्द्रियाँ, पाँच प्राण, चार अन्तःकरण, पाँच महाभूत, पाँच उपप्राण के भेद से जो उन्तीस तत्त्व ग्राम उनसे उत्पन्न जो शक्तियाँ उनके रूप में भी यहीं थीं, और इसी प्रकार अन्तःकरण चतुष्टय सहित जो चौदह इन्द्रियाँ, तीन कर्म विक्षेपादि चार गुण प्रभृति जो चालीस शक्तियाँ हैं, तद्गुण में भी यही विद्यमान थीं। सो क्रिया, ज्ञान व इच्छात्मक ज्ञान, विज्ञान, सम्बन्धज्ञान रूप तीन शक्तियाँ (जो कि इसी चिद् शक्ति के रूप हैं) अपने पुत्र की हित कामना वाले माता के समान मुझे अहम् पदवी की प्राप्ति के लिए प्रेरित करें, मेरे में प्रविष्ट हों, स्थित रहें। ३।

‘अथ तत् ऊर्ध्वं उदेता’ अथ यदतः परो दिवो ‘ज्योतिर्दीत्यते’ ‘ज्योतिर्ज्वति ब्रह्माहमस्मि’ इत्यादि श्रुति ( वेदश्रुचा ) के अनुरोध से पराक् प्रपञ्च रूप इन्धन (लकड़ी) का आश्रय लेकर ऊर्ध्व (ऊपर) की ओर जलने वाली, प्रकाशित होने वाली प्रत्यग् ज्योति ही मराग वृत्ति के उदय होने से पहले सदा अनुभूत होती है ( हुई है ) उसके वैपरीत्य से तिरश्चीन अर्थात् पराग् रूप जो सत्य रज तम वह अपने अधीनस्थ पराग् भाव को छोड़कर, अजर (जराहीन) ब्रह्म हुआ (हो जाया करता) है ।

इस प्रकार ‘अहं ब्रह्मास्मि’ अर्थात् ब्रह्म से अभिन्न अपने को मान कर अपने अतिरिक्त संसार में कुछ न देखता हुआ (योगी) परम प्रसन्न होता है, आनन्दित होता है, परमप्रकाश का युञ्जमोद ( प्रसन्नता ) स्वरूप जो इन्दुरूप ज्योति उससे भिन्न अन्य कुछ भी नहीं वही मैं हूँ, ये जो खण्ड मण्डलाकार, अखण्ड सविकल्प निर्विकल्प वृत्तियाँ हैं ये मुझे जो कि मैं ब्रह्म भावान्न हूँ ब्रह्मरूप हो चुका हूँ, अलकृत करती हूँ । वे सब भी स्वयं ब्रह्म में लीन हो जाती हैं । तत्र परमात्मा अद्वैत रूप से स्थित हो जाया करता है ॥ ४ ॥

जो पुनः ये तीन रेखायें अर्थात् जड़-क्रिया, ज्ञान इच्छा शक्ति हैं जो जाग्रत् स्वप्न सुषुप्ति व तुरीय स्थान हैं, लोचन कण्ठ हृदय, सहस्रार-चक्र हैं एवं भूः भुवः स्वः तीन लोक हैं, स्वर्ग हैं, एवं तम आदि गुण और एक-एक गुण के पुनः तम रूप इत्यादि भेद से तीन प्रकार हैं ये सब जिस का आश्रय लेकर स्थित हैं वह इन सब के पूरक प्रधान देव आदि विद्या, तदङ्ग देवता मन्त्र प्रतन (श्री चक्र) मध्य त्रिकोणरूप कामिनी ( स्त्री ) जो चिदशक्ति उसके साथ रहने वाले बिन्दु रूपी मदन ( कामेश्वर ) प्रधान रूप से विद्यमान है, शोभित हैं ॥ ५ ॥

मदन्तिका मानिनो मंगला च सा सुन्दरी सिद्धिमद्या ।

लज्जा मत्तिस्तुष्टिरिष्टा च पुष्टा लक्ष्मीरुमा ललिता लालपन्ती ॥६॥

इमां विजाय सुधया मदन्ती परिसृता तर्पयन्तः स्वपीठम् ।

नाकस्य पृष्ठे महतो वसन्ति परं धाम त्रैपुरं चाविशन्ति ॥७॥

कामो योनिः कामकला वज्रपाणिगुहा हसा मातरिश्वाऽभ्रमिद्रः ।  
 पुनर्गुहा सकला मायया च पुरुष्येषा विश्वमताऽऽदिविद्या ॥८  
 षष्ठं सप्तममथ वल्लिसारथिमस्या मूलत्रिकमादेशयन्तः ।  
 कथ्य कवि कल्पकं काममीशं तुष्टुर्वासो अमृतत्वं भजन्ते ॥९  
 पुरं हन्त्रीमुखं विश्वमातू रवे रेखा स्वरमध्यं तदेषा ।  
 बृहत्तिथिदंश पञ्चादिनित्या सपोडशिकं पुरमध्यं विभर्ति ॥१०  
 यद्वा मण्डलाद्वा स्तनविम्बमेकं मुखं चाधस्त्रीणि गुहासदनानि ।  
 कामीकलां कामरूपां विकित्वा नरोजायते कामरूपश्च काम्यः ॥११  
 परिसृतं क्षणमाजं पलं च भक्तानि योनिः सुपरिष्कृताश्च ।  
 निवेदयन् देवतायै महत्यै स्वात्मीकृते सुकृते सिद्धिमेति ॥१२  
 सृष्ट्येव सितया विश्वचर्षणिः पाशनैव प्रतिबध्नात्यभीकान् ।  
 इषुभिः पञ्चभिर्धनुषा च विद्धत्यादिशक्तिकरुणा विश्वजन्त्या ॥१३  
 भगः शक्तिर्भगवान् काम ईश उभा दाताराविह सौभागानान् ।  
 समप्रधानो समसत्त्वौ समोजौ तयोः शक्तिरजरा विश्वयोनिः ॥१४  
 परिसृता हविषा भावितेन प्रसंकोचे गलिते वैमनस्कः ।  
 शर्वः सर्वस्य जगतो विधाता धर्ता हर्ता विश्वरूपत्वमेति ॥१५  
 इयं महोपनिषत्त्रैपुर्यां यामक्षयं परमा गोमिरीदृष्टे ।  
 ए षण्मुजुः परमेतच्च सामायमथर्वेयमन्या च विद्या ॥१६  
 ॐ ह्रीमो ह्रीमित्युपनिषत् ॥१७॥

उनके परिवार की आवरण देवता पन्द्रह हैं जो कि क्रमशः—  
 तदग्निका, मानिनी, मङ्गला, सुभगा, सुन्दरी, सिद्धिमता, सञ्जा, माति  
 तुष्टि, इष्टा, पुष्टा, लक्ष्मी, उमा, ललिता, लालपन्ती है ॥ ६ ॥

इस प्रकार परिवार के देवताओं द्वारा जो चारों ओर से सेवित  
 है, यह अमृत द्वारा मदयुक्त 'मेरे अतिरिक्त कुछ नहीं है' 'मैं ही यह  
 सारा विश्व प्रपञ्च हूँ' इस प्रकार अपने रूप के अनुसन्धान में जिनने सब  
 कुछ भुला दिया ऐसी चिदशक्ति शिव के साथ विराजमान है । जो योगी  
 इसे जान जाते हैं वे उसके पद को प्राप्त करते हैं ।

जो ऐसा जानने में असमर्थ हैं वे निष्काम कर्मयोगी जीवन पर श्रीचक्र को अपने वर्ण, आश्रम के अनुरोध से क्षीर आदि द्वारा तृप्त करते हुए समयापन किया करते हैं और शरीर समाप्ति पर विशाल स्वर्ग पीठ पर (श्रीपुर में) ज्ञान का अभ्यास करते हुए प्रलय तक रहते हैं तदनन्तर त्रिपुर रूप को परम धाम उसमें निवास करते हैं और कृतकृत्य हो जाया करते हैं ॥ ७ ॥

अब मूल विद्या को प्रकट करते हैं—काम अर्थात् ककार, योनि अर्थात् ए कामकजा=ईकार, वज्रपाणि=लकार, गुहा=ह्रींकार, ह्रस्व=हकार तथा सकार मातरिश्वा=ककार, अञ्ज=हकार, इन्द्र=लकार, पुनर्गुहा=ह्रींकार, सकलाः=सकार, ककार, लकार, मायया च=ह्रींकार ये पुरुषी विश्वमाता एवं विशिष्ट रूप ये आदि मूल विद्या हैं जिनकी आत्मा अकार है ॥ ८ ॥

विरक्तो को आदि विद्या के ज्ञान का फल—

मूल विद्या का जो छठा अक्षर 'ह' है वह शिव बीज सातवाँ 'स' शक्ति बीज, बह्नि सारणि अर्थात् 'क' कामेश बीज एवं शिवसम्पुटित शक्ति बीज है। इसी प्रकार इस आदि विद्या का 'ह-स-क' ये तीन मूल-क्षर वाणी के पाँशु रूप में जप करते हुए शब्द स्पर्शहीन कालदर्शी सर्वज्ञ को अपने अतिरिक्त सब कुछ नहीं ऐसा जानकर, व्यष्टि समष्टि रूप जो प्रपञ्च कल्पक, अथवा अपने अतिरिक्त जीव, शिव, तत्कल्पनीय, व्यष्टि-समष्टि प्रपञ्च समूह नहीं है ऐसा जानते हुए कामेश्वर ईश्वर को तुष्ट करते हुए योगी अमृतत्व की प्राप्ति कर लेते हैं ॥ ९ ॥

भक्तानुग्रह के लिए जो ऐसे रूप धारण किया करती है उसका ध्यान करके ही अपने-अपने स्वभाव के अनुसार योगी फल प्राप्त करते हैं। वह 'पुरमेकादशद्वारम्' इस श्रुति के आधार पर पुरं=यानी स्वाविद्या-पद तथा उसका कार्यकलाप, रूप धारण करती है। अपिच 'ह-स-क' ये हन्त्रीमुख=आदिविद्या सार रूप की धारण करती है।

सूर्य की रेखा अर्थात् 'ईं ओं' ये जो स्वर मध्य हैं वह रूप भी

यह धारण करती है। बृहत्तिथि—निषेध से लेकर कल्पान्त जो काल विशेष, पञ्चदशादिनित्या=पन्द्रह तिथियाँ, वार, नक्षत्रादि रूप, नित्य देवता भाव को प्राप्त पन्द्रह तिथियों के साथ बृहत्तिथिरूप सोलवें सहित पूर्वोक्त पहले बताये पुरमध्य=स्व अविद्यापद, आरोप आधार, ईश्वर रूप भी यही धारण करती हैं।

इस प्रकार देवताओं के जिन स्वरूपों में जिस-जिस का मन लगता है उसी के आशय से चित्त शुद्धि द्वारा वह कृतकृत्य हो जाता है ॥१०॥

इन रूपों का ध्यान करने में अशक्तों के लिए अब ध्यामान्तर कहा जाता है=अथवा रवि, चन्द्र आदि के मण्डल से उत्पन्न, स्तन विम्ब, एक मुख नीचे की ओर इस प्रकार उपलक्षित सर्वाङ्ग, सुन्दरी को देहत्रय रूप गुहा में स्थित परमेश्वर की कला कामरूप चिदशक्ति का ध्यान करके मनुष्य कामना परिपूर्ण करके अपनी इच्छानुसार कामरूप हो जाता है। किन्तु काम्यफल जन्मादि का कारण होता है अतः त्रैवर्णिक मोक्ष-च्छुकों को काम्योपासना नहीं करनी चाहिए ॥११॥

इसी प्रकार अपने-अपने वर्णानुसार शुद्ध आदि भी विधिवत् अपने भोज्यपदार्थों में आत्मोपभोग बुद्धि को छोड़कर प्रथम महानता का अर्पण कर तथा प्रसाद रूप लेकर पुण्यलोक में सिद्धि प्राप्त करते हैं ॥१२॥

इस प्रकार न करने वाले विषयासक्त अनेक इच्छाओं से भरे हुए मनुष्यों को सरस्वती विश्वमाता लक्ष्मी के सहित आदि शक्ति जो अरुणा अर्थात् गौरी वह ब्रह्ममात्र विद्या होकर उनका उपसंहार करती है उनसे सिद्धियों को छिपाती है, उन्हें नहीं देती, अपितु अज्ञान पाशों द्वारा बाँधकर उन्हें संसार के महागर्त ( गड्ढे ) में डाल देती है और वह जन्म जन्मान्तरों इसी आवर्त में घूमते रहते हैं ॥१३॥

जो निष्काम बुद्धि से चिदशक्ति का ध्यान करते हैं वह भी कृत-कृत्य हो जाते हैं। सकाम, निष्काम, जो भक्त समूह प्रवृत्ति निवृत्ति की प्रवर्तिका जो चिदशक्ति तथा भग अर्थात् एश्वर्य, विद्या, यश, श्री, ज्ञान वैराग्ययुक्त जो भगवान् काम व ईश कामेश्वर वे दोनों चिद् सामान्यात्मा



के कारण सम प्रबल समान, शक्ति वाले, समान ओज वाले देव इसी जन्म में जिन निष्कामों को दृष्टिगोचर हो जाया करते हैं उन्हें वह ब्रह्म पद के दाता हो जाया करते हैं। उन दयालु शिव व शक्ति के मन्त्र त्रिविध शरीर से विलक्षण अराहीन विश्वमाता शक्ति है ॥१४॥

जो कि निष्काम बुद्धि से अपने उपासकों की भावनाओं द्वारा ज्ञान, विज्ञान, सम्पूर्ण ज्ञान रूप हृदि से तृप्त होकर अपने भक्तों पर प्रसन्न हो विशेष रूपी आवरण के गल जाने पर शिव के साथ अपने उपासक की आत्मस्वरूप बनकर अवशिष्ट रह जाती है। इस प्रकार उपासक अपनी अज दृष्टि द्वारा कल्पित प्रपञ्च के उन्मत्त होकर, सारे विश्व के जो उत्पादक, पालक एवं संहारक हैं उन शिव में विद्वद्रूपता का आपादन कर लेता है ॥१५॥

इस प्रकार जो यह महोनियत् इसे ऋक् आदि चार वेद और अन्य चौल्ल जो कनार्ये ( विद्यार्ये ) जिस अक्षय संविद् रूप को उदार वाणी ( शब्दों ) द्वारा गाया करते हैं इत्थं भूत यह ब्रह्म विद्या ब्रह्ममात्र पर्यंत (ग्रहन साक्षात्कार जिसका अन्तिम तत्त्व है) सर्वोत्कृष्ट है ॥१६॥  
इसका शरीर 'ॐ ह्रीं नौं ह्रीं' एतद् रूप है। अर्थात् त्रिद एवं चिदशक्ति रूप है ॥ १७ ॥

॥ त्रिपुरोपनिषद् समाप्त ॥

## सीतोपनिषत्

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवा भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ॥  
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टु वांसतनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः ॥ स्वस्ति न  
इन्द्रो बृद्धश्रवाः स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः ॥ स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो  
अरिष्टनेमिः ॥ स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥ ॐ शान्तिः  
शान्तिः शान्तिः ।

शान्तिपाठ—हे पूज्य देवो ! हम कानों से कल्याण सुनें, आँखों से  
कल्याण को देखें । सुहृद् भङ्गों तथा देह के द्वारा तुम्हारी स्तुति करते  
रहें और देवताओं ने हमारे लिए जो आयुष्य नियत कर दिया है, उसे  
भोगें । महान कीर्ति वाला इन्द्र हमारा कल्याण करे, सब को जानने  
वाले पूषा देव हमारा कल्याण करें, जिसकी गति रोकी न जा सके ऐसे  
गुरुदेव हमारा कल्याण करें और बृहस्पति हमारा कल्याण करें ।  
ॐ शान्ति, शान्ति, शान्ति ॥

देवा ह वै प्रजापतिमब्रुवन् का सीता किं रूपमिति ॥१

स होवाच प्रजापतिः सा सीतेति—

मूलप्रकृतिरूपत्वात् सा सीता प्रकृतिः स्मृता ।

प्रणवप्रकृतिरूपत्वात् सा सीता प्रकृतिरुच्यते ॥२

सीता इति त्रिवर्णात्मा साक्षान्मायामया भवेत् ।

विष्णुः प्रपञ्चबीजं च माया ईकार उच्यते ॥३

सकारः सत्यममृतं प्राप्तिः सोमश्च कीर्त्यते ।

तकारस्तारक्षक्ष्या च वैराजः प्रन्तरः स्मृतः ॥४

ईकाररूपिणी सोमाऽमृतावयव देव्यलङ्कारस्रङ् मौक्तिका-  
द्याभरणालङ्कृता महामायाऽव्यक्तरूपिणी व्यक्ता भवति ॥५॥

प्रथमा शब्दब्रह्मयी स्वाध्यायकाले प्रसन्ना । उद्भवा  
नरकात्मिका द्वितीया भूतले हलाग्रे समुत्पन्ना । तृतीया ईकार-  
रूपिणी अव्यक्तस्वरूपा भवतीति सीता इत्युदाहरन्ति शौनकीये  
॥ ६ ॥

एक समय की बात है प्रजापति ब्रह्माजी से देवताओं ने प्रश्न किया—‘भगवद् ! सीताजी का रूप कैसा है, वे कौन हैं यह हमारे प्रति कहिये ।’ १ । तब वे प्रजापति ब्रह्माजी कहने लगे—‘सीताजी शक्ति रूपिणी हैं । मूल प्रकृति होने से वे ही प्रकृति कही जाती हैं । प्रणव की प्रकृति रूपा होने से भी उन्हें प्रकृति कहते हैं ।’ २ । वे साक्षात् योगमाया ही हैं । उनका सीता नाम तीन वर्णों का है । सम्पूर्ण विश्व प्रपञ्च के बीज भगवान् विष्णु हैं । उनकी योगमाया का रूप ईराक हैं । ॥ ३ ॥ ‘स’ कार को सत्य, अमृत, सिद्धि, चन्द्र तथा प्राप्ति का वाचक कहते हैं । दीर्घ अकारयुक्त ‘त’ कार विस्तार करने वाला एवं महालक्ष्मी रूप वाला कहा है । ईराक वाली अव्यक्त महामाया अपने अमृतमय अवयवों और दिव्याभूषणों से विभूषित रूप से व्यक्त होती हैं । ५ । वे त्रयरूपा अपने प्रथम रूप में शब्दब्रह्म से युक्त हैं । वे प्रसन्न होकर बुद्धि रूप से बोध देने वाली हैं । वे अपने द्वितीय रूप में, जब इस भूतल पर व्यक्त हुईं तब जनक की गङ्गा भूमि में हल के अग्र भाग से प्रकट हुईं । उनका तृतीय रूप ईकारमय एवं अव्यक्त है । यही तीन रूप पर्याप्त रूप से सीता कहे गए हैं । शौनकीय तन्त्र में कहा है । ६ ।

श्रीरामसान्निध्यवशाज्जगदाधारकारिणी ।

उत्पत्तिस्थितिसंहारकारिणी सर्वदेहिनाम् ॥७॥

सीता भवति ज्ञेया मूलप्रकृतिसंज्ञिता ।

प्रणवत्वात् प्रकृतिरिति वदन्ति ब्रह्मवादिनः ॥ इति ॥ ८ ।  
 अथातो ब्रह्मजिज्ञासेति च ॥ ९ ॥ सेयं सर्ववेदमयी सर्व-  
 देवमयी सर्वलोकमयी सर्वकीर्तिमयी सर्वधर्ममयी सर्वाधारकार्य-  
 कारणमयी महालक्ष्मीदेवेशस्य भिन्नाभिन्नारूपा चेतनाचेतना-  
 तिमिका ब्रह्मस्थावरात्मा तद्गुणकर्मविभागभेदाच्छरीररूपा देवर्षि-  
 मनुष्यगन्धर्वरूपा असुरराक्षसभूतप्रेतपिशाचभूतादिभूतशरीर-  
 रूपा भूतेन्द्रियमनःप्राणरूपेति विज्ञायते ॥ १० ॥

श्रीराम के नित्य सान्निध्य के कारण सीताजी विश्व का कल्याण करने वाली हैं । वे ही सब प्राणियों को उत्पत्ति, स्थिति और विनाश करती हैं । ७ । वही मूल प्रकृति के रूप में प्रसिद्ध षडैश्वर्य से युक्त भगवती हैं । प्रणवस्वरूपा होने से ब्रह्मवेत्ता उन्हें प्रकृति कहते हैं । ८ । वो सीताजी सर्वदेवता स्वरूपा, सर्ववेद-रूपिणी, सर्वलोकमयी, सबकी आश्रयभूता, सर्व कीर्तियों से सम्पन्न, सर्वधर्म-सम्पन्न, सभी पदार्थों और जीवों की आत्मा, सब देव-गन्धर्व, मनुष्य आदि प्राणियों की स्वरूपभूता हैं । वे सभी प्राणियों की देहरूपा और समस्त विश्वरूपा महालक्ष्मी हैं । वे भगवान् से भिन्न और अभिन्न भी कही जाती हैं ॥ ९-१० ॥

सा देवी त्रिविधा भवति शक्त्यात्मना इच्छाशक्तिः क्रिया-  
 शक्तिः साक्षाच्छक्तिरिति ॥ ११ ॥

इच्छाशक्तिस्त्रिविधा भवति श्रीभूमिनीलाऽऽत्मिका भद्र-  
 रूपिणी प्रभावरूपिणी सोमसूर्याग्निरूपा भवति ॥ १२ ॥

सोमात्मिका औषधीनां प्रवति कल्पवृक्षपुष्पफललता-  
 गुल्मात्मिका औषधभेषजात्मिका अमृतरूपा देवानां महस्तोम-  
 फलप्रदा असृतेन तृप्तिं जनयन्ती देवानामन्नेन पशूनां तृणेन  
 तत्तज्जीवानाम् ॥ १३ ॥

सूर्यादिसकलभुवनप्रकाशिनो दिवा रात्रिः कालकलानि-

मेघमारभ्य घटिकाऽष्टयाम् दिवसवाररात्रिभेदेन पक्षमासत्वयन-  
संवत्सरभेदेन मनुष्याणां शतायुःकल्पनया प्रकाशमाना चिरक्षि-  
प्रव्यपदेशा निमेषमारभ्य परार्धपर्यन्तं कालचक्रं जगच्चक्रमित्यादि-  
प्रकारेण चक्रवत् परिवर्तमाना । सर्वस्यैतस्यैव कालस्य विभाग-  
विशेषाः प्रकाशरूपाः कालरूपा भवन्ति ॥ १४ ॥

अग्निरूपा अन्नपानादि प्राणिनां क्षुत्तृष्णाऽऽत्मिका देवानां  
मुखरूपा वनौषधीनां शीतोष्णरूपा काष्ठेष्वन्तर्बहिश्च नित्यानित्य-  
रूपा भवति ॥ १५ ॥

‘वे शक्तिरूपिणी होकर इच्छाशक्ति, क्रियाशक्ति और साक्षात्  
शक्ति के रूप में प्रकट होती हैं । उनकी इच्छाशक्ति से युक्त स्वरूप भी  
तीन प्रकार का है ॥ ११ ॥ श्रीदेवी, भूदेवी, नीलादेव के रूप में वे  
मंगलरूपिणी, प्रभावरूपिणी तथा चन्द्र, सूर्य, अग्नि रूप में अत्यन्त तेज-  
मयी होती हैं । १२ । वे चन्द्ररूपिणी होकर औषधियों को पुष्ट करती  
हैं । वे कल्यवृक्ष, लता, गुल्म, पुष्प, पत्र, फल तथा औषधियों-महौषधियों  
के स्वरूप को प्रकट करने वाली हैं । उसी चन्द्ररूप में देवताओं को  
‘महस्तोम’ यज्ञ का फल देती हैं । अन्न द्वारा प्राणियों को और अमृत  
द्वारा देवताओं को वे ही तृप्त करती हैं ॥ १३ ॥

‘वे ही सब लोकों को प्रकाशित करती हैं । दिवस, रात्रि, निमेष,  
घड़ी, पक्ष, मास, ऋतु, अयन और संवत्सर आदि के भेद से मनुष्य को  
शतायु प्रदान करती हुई स्वयं प्रकाशित होती हैं । निमेष से परार्ध तक  
तथा विलम्ब और शीघ्रता के भेद से परिपूर्ण कलाचक्रतया जगत् चक्रादि  
के भेद से काल के सभी अङ्ग-प्रत्यङ्ग उन्हीं के स्वरूप हैं । इसीलिए वे  
प्रकाशस्वरूपा और कालस्वरूपा हैं ॥ १४ ॥

‘वे अग्निरूप वाली होकर प्राणियों को अन्न-जल आदि के सेवन  
एवं पान करने के निमित्त भूख-प्यास रूप से, देवताओं को सुख रूप से,

वनस्थितियों को भीतोष्ण, रूप से और काष्ठों के भीतर बाहर नित्य और अनित्य रूप से अवस्थित है ॥ १५ ॥

श्रीदेवी त्रिविधं रूपं कृत्वा भगवत्सङ्कल्पानुगुण्येन लोक-  
रक्षणार्थं रूपं धारयति श्रीरिति लक्ष्मीरिति लक्ष्यमाणा भवतीति  
विज्ञायते ॥ १६ ॥

भूदेवी ससागराम्मस्तप्तद्वीपा वसुन्धरा भूरादिचतुर्दशभु-  
वनानामाधाराधेया प्रणवात्मिका भवति ॥ १७ ॥

नीला च विद्युन्मालिनी सर्वौषधीनां सर्वप्राणिनां पोषणार्थं  
सर्वरूपा भवति ॥ १८ ॥

समस्तभुवनस्याधोभागे जलाकारात्मिका मण्डूकमयेति  
भुवनाधारेति विज्ञायते ॥ १९ ॥

क्रियाशक्तिस्वरूपम् । हरेर्मुखान्नादः । तन्नादाद्बिन्दुः ।  
बिन्दोरोंकारः । ओंकारात् परतो रामवैखानसपर्वतः । तत्पर्वते  
कर्मज्ञानमयीभिर्वह्मशाखा भवन्ति ॥ २० ॥

‘अपने श्रीदेवी के रूप में तीन प्रकार का रूप धारण करने वाली  
सीताजी सब लोकों की रक्षा के हेतु प्रकट होती हैं । उस समय उनका  
स्वरूप लक्ष्मी रूप में दिखाई देता है । १६ । जो देवी जलमय समुद्रों  
से युक्त सप्तद्वीपा पृथ्वी के रूप में चौदह भुवनों की आश्रयभूता होती  
हुई प्रणव रूप में प्रकट होती है, उनके उस स्वरूप को भूदेवी कहा  
गया है । १७ । जो देवी सब औषधियों और प्राणियों के पोषणार्थ  
सर्वरूपा होने वाला तथा विद्युन्माया के समान मुख वाली होकर नीला-  
देवी के रूप में व्यक्त होती है ॥ १८ ॥ वही आदिशक्ति सब भुवनों के  
नीचे जल के रूप में और भुवनों के लिए आश्रयमयी होती है । १९ ।

‘भगवान् श्रीहरि के मुख से उन सीताजी का क्रियाशक्ति रूप

नाद-रूप में प्रकट हुआ । उस नाद से बिन्दु और बिन्दु से ओंकार व्यक्त हुआ । ओंकार से परे राम-वैखानस पर्वत है, जिसकी कर्म और ज्ञान से सम्बन्धित अनेक शाखायें हैं ॥ २० ॥

तत्र त्रयीमयं शास्त्रमाद्यं सर्वार्थदर्शनम् ।

ऋग्यजुःसामरूपत्वात् त्रयीति परिकीर्तिता ॥२१

[हेतुना] कार्यसिद्धेन चतुर्धा परिकीर्तिता ।

ऋचो यजूंषि सामान्यथर्वाङ्गिरसस्तथा ॥२२

चातुर्होत्रप्रधानत्वाल्लिङ्गादित्रितयं त्रयी ।

अण्वर्वाङ्गिरसं रूपं सामऋग्यजुरात्मकम् ॥२३

तथाऽऽदिशन्त्याभिचारसामान्येन पृथक्-पृथक् ।

एकविंशतिशाखायामृग्वेदः परिकीर्तितः ॥२४

शतं च नव शाखासु यजुषामेव जन्मनाम् ।

साम्नः सहस्रशाखाः स्युः पञ्चशाखा अथर्वणः ॥२५

वैखानसमतं तस्मिन्नादो प्रत्यक्षदर्शनम् ।

स्मर्यते मुमिभिर्नित्यं वैखानसमतः परम् ॥२६

कल्पो व्याकरणं शिक्षा निरुक्तं ज्योतिषं छन्दः एतानि  
षडङ्गानि ॥२७

उपाङ्गमययं चैव मीमांसा न्यायविस्तरः ॥

धर्मज्ञसेवितार्थं च वेदवेदोऽधिकं तथा ॥२८

निबन्धाः सर्वशाखा च समयाचारसङ्गतिः ।

धर्मशास्त्रं महर्षीणामन्तःकरणसम्भृतम् ॥

इतिहासपुराणाख्यमुपाङ्गश्च प्रकीर्तितः ॥२९

वास्तुवेदो धनुर्वेदो गान्धर्वो दैविकस्तथा ।  
 आयुर्वेदश्च पञ्चैते उपवेदाः प्रकीर्तिताः ॥३०॥  
 दण्डो नीतिश्च वार्ता च विद्या वायुजयः परः ।  
 एकविंशतिभेदोऽयं स्वप्रकाशः प्रकीर्तितः ॥३१॥

उस पर्वत पर सर्वार्थ व्यक्त करने वाला वेदत्रयी स्वरूप आदि शास्त्र है । वही ऋक्, यजु और सामात्मक शास्त्र कार्य सिद्धि के लिए चार नामात्मक हो जाता है । यज्ञकर्म में देवस्वरूपादि तीन का उपभोग होने के कारण उन वेदों की तीन ही गणना करते हैं । चौथा अथर्ववेद-रस वेद उन तीनों वेदों का ही स्वरूप है ॥ २१-२३ ॥

‘ऋग्वेद की इक्कीस, यजुर्वेद की एक सौ नौ, सामवेद की एक सहस्र तथा अथर्व की पाँच शाखाएँ कही जाती हैं । इनमें प्रथम वैखानस मत ही प्रत्यक्ष दर्शन माना है । इसलिए ऋषिगण वैखानस का स्मरण किया करते हैं । ज्ञानी पुरुष वेदों के साथ कल्प, व्याकरण, शिक्षा, निरुक्त ज्योतिष और छन्द इन छः वेदाङ्गों तथा अयन, मीमांसा और न्यायशास्त्र का विस्तार इन तीनों उपाङ्गों आदि का भी अध्ययन करते हैं । इतिहास-पुराण वास्तुवेद, धनुर्वेद, गान्धर्ववेद तथा आयुर्वेद यह पाँच उपवेद हैं । इन सब के साथ ही व्यापार, दण्ड, नीति एवं पर-तत्त्व में स्थिति आदि विषयों से समन्वित स्वयं प्रकट हुए विभिन्न शास्त्र हैं ॥ २४-३१ ॥

वैखानसऋषेः पूर्वं विष्णोर्वाणी समुद्भवेत् ।  
 त्रयीरूपेण संकल्प्य एत्थं देही विजृम्भते ॥३२॥  
 संख्यारूपेण संकल्प्य वैखानसऋषेः पुरा ।  
 उदितो यादृशः पूर्वं तादृशं शृणु मेऽखिलम् ॥  
 शश्वद्वज्रहामयं रूपं क्रियाशक्तिरुदाहृता ॥३३॥



साक्षाच्छक्तिर्भगवतः स्मरणमात्ररूपाऽऽविर्भावप्रादुर्भावा-  
त्मिका निग्रहानुग्रहरूपा शान्ततेजोरूपा व्यक्ताव्यक्तकारणवरण-  
समग्रावयवमुख वर्णभेदाभेदरूपा भगवत्सहचारिणी अनपायिनी  
अनवरतसहाश्रयिणी उदितानुदिताकारा विमेषोन्मेषसृष्टिस्थिति-  
संहारतिरोधानानुग्रहादिसर्वशक्तिसामर्थ्यान् साक्षाच्छक्तिरिति  
गीयते ॥ ३४ ॥

इच्छाशक्तिस्त्रिविद्या । प्रलयावस्थायां विश्रमणार्थं  
भगवतो दक्षिणवक्षःस्थले श्रीवत्साकृतिर्भूत्वा विश्रम्यतीति सा  
योगशक्तिः ॥ ३५ ॥

भोगशक्तिर्भोगरूपा कल्पवृक्षकामधेनुचिन्तामणिशङ्खपद्म-  
निध्यादिनवनिधिसमाश्रिता भगवदुपासकानां कामनया अकाम-  
नया वा भक्तियुक्ता नरं नित्यनैमित्तिककर्मभिरनिहोत्रादिभिर्वा  
यम नियमासनप्राणायामप्रत्याहारधारणाध्यानसनाविभिर्वा  
गोपुरप्राकारादिभिर्विमानादिभिः सह भगवद्विग्रहार्चापूजोपकरण-  
रचनैः स्नानादिभिर्वा पितृपूजादिभिरन्नपानादिभिर्वा भगवत्प्रीत्य-  
र्थमुक्त्वा सर्वं क्रियते ॥ ३६ ॥

‘प्राचीन काल की बात है वैखानस ऋषि के हृदय में भगवान्  
विलुप्त की बाणी कत हुई। वही बाणी वेदव्यापी के रूप में कल्पित  
हुई ॥ ३२ ॥ वैखानस ने उस बाणी की संख्या रूप में इस प्रकार प्रकट  
क्रिया कि ब्रह्ममय रूप को धारण करने वाली क्रियाशक्ति ही भगवान् की  
साम्राट् शक्ति है ॥ ३३ ॥ भगवान् की इच्छा मात्र से वह संसार के  
रूपों को प्रकट करती हुई, दिखाई पड़ने वाले इस संसार में स्वयं  
व्यक्त होती हैं। वे दान्ति और तेजोमया, कृपास्वरूपा और दासजनमयी,  
व्यक्त-अव्यक्त की कारणभूता, भगवान् की अनुगामिनी, उनसे अभिन्न,  
प्रभु-आश्रिता, कर्तव्य एव अकथनीय रूप वाली, निमेष-उन्मेष, उत्पत्ति,

स्थिति विनाश, तिरोधान और अनुग्रह आदि की सामर्थ्यवाली तथा अविनाशिनी होने से साक्षात् शक्ति कही जाती हैं ॥ ३४ ॥

‘सीताजी का इच्छाशक्ति रूप भी त्रिविध है । वे ही योगशक्ति प्रलयकाल में विश्राम के निमित्त भगवान् के दक्षिण वक्ष पर श्रीवत्स की आकृति में विश्राम करती है ॥ ३५ ॥ वहीं भोगरूपा शक्ति हैं । वे कल्पवृक्षादि नौ निधियों में निवास करने वाली है । वे भगवद्भवतों की इच्छा अथवा अनिच्छापूर्वक भी नित्य नैमित्तिक कर्म से यज्ञादि कर्म, यम, नियम, आसन, प्राणायाम, चिन्तन, समाधि आदि के द्वारा उपासना करने वालों को उपभोगार्थ विभिन्न भोगों को सम्पादित करती हैं । वही भगवद् विग्रह के पूजनादि की सामग्रियों, तीर्थ-जलों, अन्नो, रसों आदि का भी सम्पादन करती है ॥ ३६ ॥

अथातो वीरशक्तिश्चतुर्भुजाऽभयवरदपद्मधरा किरीटाभरणयुता सर्वदेवैः परिवृता कल्पतरुमूले चतुर्भिर्गजै रत्नघटेरमृतजलैरभिषिच्यमाना सर्वदेवतैर्ब्रह्मादिभिर्वन्द्यमाना अणिमाद्यष्टैश्वर्ययुक्ता संमुखे कामधेनुनास्तूयमाना वेदशास्त्रादिभिः स्तूयमाना जयाद्यप्सरस्त्रीभिः परिचर्यमाणा आदित्यसोमाभ्यां दीपाभिः प्रकाशिष्यमाणा तुम्बुर्नारदादिभिर्गीयमाना राकासिनोवालीभ्यां छत्रेण ह्लादिनीमयाभ्यां चामरेण स्वाहास्वधाभ्यां व्यजनेन भृगुपुण्यादिभिरभ्यर्च्यमाना देवी दिव्यसिंहासने पद्मासनारूढा सकलकारणकार्यकरी लक्ष्मीर्देवस्य पृथग्भवनकल्पनालंकार स्थिरा प्रसन्नलोचना सर्वदेवतैः पूज्यमाना वीरलक्ष्मीरिति विज्ञायत इत्युपनिषत् ॥ ३७ ॥

श्रीसीताजी का वीर शक्ति रूप चार भुजाओं से युक्त है । उनके हाथों में वरमुद्रा अभयमुद्रा और दो कमल सुशोभित हैं । किरीट-मुकुटों से और अन्य अलंकारों से अलंकृत हैं । चार स्वेत हाथी रत्नजडित कलशों के द्वारा अमृत-जल से उनका अभिषेक करते हैं । सब देवता

उनके चारों ओर खड़े हैं तथा ब्रह्मादिक उनकी स्तुति करते हैं । अग्नि-  
मादि ऐश्वर्यों से सम्पन्न लक्ष्मी रूपा सीता की कामधेनु वन्दना करती है ।  
वेदशास्त्र भी देवरूप में उनकी स्तुति करते हैं । अप्सराएँ और देवागताएँ  
उनकी सेवा कर रही हैं । राका और सिनीवाली देवियाँ छत्र पकड़े  
खड़ी हैं, ह्लादिनी और माया चँवर डुला रही हैं तथा स्वाहा और स्वधा  
पेखा कर रही हैं । भृगु आदि महात्मा उनका पूजन कर रहे हैं । सूर्य  
और चन्द्र दीपक रूप में वहाँ प्रकाश कर रहे हैं । तुम्बव और नारद  
आदि उनके गुणगान में व्यस्त हैं । वे महादेवी दिव्य सिंहासन पर स्थित  
अष्टदल कमल पर विराजमान हैं । वे ही सब कार्यों और कारणों की  
विधायिका हैं । उन्होंने दिव्य आभूषणों से अपने को अलंकृत किया  
हुआ है । वे देवताओं द्वारा पूजी जाती हुई प्रसन्न नेत्रों से अवस्थित  
वीर लक्ष्मी हैं । इस प्रकार भगवान् से पृथक् उनका ज्ञान करना  
चाहिए । ॥३७॥

॥ सीतोपनिषद् समाप्त ॥



# राधोपनिषत्

॥

ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्पूर्णमुदच्यते । पूर्णस्य पूर्णं मादाय पूर्णमेवा वशिष्यते । ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

ॐ यह ब्रह्म पूर्ण है, यह जगत् पूर्ण है, इस पूर्ण ब्रह्म में से यह पूर्ण जगत् उत्पन्न होता है । इस पूर्ण ब्रह्म में से पूर्ण जगत् को पृथक् कर दें तो पूर्ण ब्रह्म ही शेष रहेगा । ॐ शान्ति, शान्ति ।

ओमथोर्ध्वं मन्थिन ऋषयः सनकाद्या भगवन्तं हिरण्य-  
गर्भमुपासित्वोचुः देव कः परमो देवता, का वा तच्छक्तयः, तासु  
च का वरीयसी भावतीति सृष्टिं भूता च केति ॥ सहोवाच !  
हे पुत्रकाः शृणुतेवं ह वाव गुह्याद् गुह्यतरमप्रकाश्यं, यस्मै कस्मै  
न देयम् ॥ स्निग्धाय, ब्रह्मादिने, गुरुभक्ताय; देव मन्यथा  
दातुर्महदवम्भीति । 'कृष्ण ह वै हरिः परमोदेव षड् विधैश्वर्यं  
परिपूर्णो भगवान् ओपीगोपसेव्यो वृन्दाऽऽराधितो वृन्दावनादिनाथः  
स एक एवेश्वरः । तस्य हवै द्वैततनु नारायणोऽखिल ब्रह्माण्डा-  
धिपतिरेकोऽंशः प्रकृतेः प्राचीनो नित्यः । एवं हि तस्य शक्तयस्त्व-  
नेकधा । आह्लादिनी, सन्धिनी, ज्ञानेच्छा, क्रियाद्या, बहुविधः  
शक्तयः । तास्वाह्लादिनी वरीयसी परमान्तरंगभूता राधा,  
कृष्णेन आराध्यत इति राधा कृष्णं समाराधयति सदेति राधिका  
गन्धर्वेति व्यापदेश्यत इति । येयं राधा यश्च कृष्णे रसन्विर्देहे  
नैकः क्रीडनार्थं द्विधाभूत् ।

हरि ओ३म् । किसी समय ऊर्ध्वरेता सनकादिक ऋषियों ने पिता-  
मह ने ब्रह्माजी से स्तुति करके पूछा—'भगवन् ! कौन परम देव है, उनकी

शक्तियाँ कीन हैं, उन शक्तियों में सर्वश्रेष्ठ और सृष्टि का कारण रूप कौन-सी शक्ति कही गई है ?' ब्रह्माजी ने कहा— 'पुत्र ! तुमों में इस अति गुह्य वार्ता को तुमसे कहता हूँ, पर इसे हर किसी को मत बतलाना । इसे उसी को बतलाना, जो स्नेहशील हो, ब्रह्मचारी हो, गुरु का भक्त हो, अगर इसके विपरीत अनधिकारी को दिया गया तो बड़ा पाप होगा । भगवान् कृष्ण ही सचसे बड़े देव हैं, वे छहों ऐश्वर्य से परिपूर्ण हैं, गोपी-गोप उनकी सेवा करते हैं, वृन्दा द्वारा आराधना किये जाते हैं, ये वृन्दावन अधीश्वर हैं और एक मात्र सर्वेश्वर हैं । श्री नारायण भी उन्हीं के रूप हैं जो समस्त जगत के स्वामी हैं । श्रीकृष्ण ही प्रकृति से परे और अविनाशी हैं । आह्लादिनी, सन्धिनी, जानेच्छा, क्रिया इत्यादि इनकी अनेक शक्तियाँ हैं । इन सब में 'आह्लादिनी' सबसे प्रधान है । यह उनकी सर्वाधिक अन्तरङ्ग है, इन्हीं को 'राधा' कहते हैं । भगवान् कृष्ण स्वयं इनकी आराधना करते हैं । श्री राधाजी सदैव कृष्ण की आराधना करती हैं । राविका को 'गन्धर्वा' भी कहा जाता है । समस्त गोपियाँ, श्रीकृष्ण भगवान् की महिषियाँ और लक्ष्मी का आविर्भाव भी राधाजी के शरीर से ही हुआ है । रस-सागर भगवान् श्रीकृष्ण स्वयं ही श्रीगार्ध एक से दो रूपों में विभक्त हो-गए हैं ।

एषा वै हरेः सर्वेश्वरी सर्वविद्या सनातनी कृष्णप्राणाधि-  
 देवी चेति, विविक्ते वेदाः स्तुवन्ति, यस्या गतिं वक्तुं न चोत्स-  
 हे । सैव यस्य प्रसीदति तस्य करतलावकलितम्परमधामेति ।  
 एतामवज्ञाय यः कृष्णमाराधयितुमिच्छति, स मूढतमोमूढतम-  
 श्चेति । अथ हैतानि नामानि गायन्दि श्रुतयः ॥.

श्री राधा सर्वेश्वर भगवान् कृष्ण की भी सर्वेश्वरी हैं, उनकी समस्त विद्याओं में सनातनी हैं, ये श्रीकृष्ण की प्राणों से अधिक प्रिय देवी हैं । चारों वेद भी एकान्त भाव से इनकी स्तुति करते हैं । ब्रह्मज्ञानी ऋषि इनकी गति को जानते और कहते हैं । इनकी महिमा

इतनी अधिक है कि मैं चाहे अपनी समस्त आयु उसे कहता रहूँ तो भी उसका पार नहीं मिन सकता । ये राधाजी जिस पर प्रसन्न होती हैं उसे तुरन्त परम धाम की प्राप्ति हो जाती है । यदि कोई राधाजी की अवज्ञा करके कृष्ण भगवान् की आराधना करने की इच्छा करता है तो वह सर्वाधिक मूढ़ है । वेदों में श्रीराधाजी के नाम इस प्रकार गिनाये गये हैं ।

राधा रासेश्वरी रम्या कृष्ण मन्त्राधिदेवता । सर्वाद्या सर्ववन्धः च वृन्दावन विहारिणी ॥ वृन्दा राध्या रमाऽशेष गोपी मण्डल पूजिता । सत्या सत्य परा सत्यभामा श्री कृष्ण वल्लभा ॥ वृषमान सुता गोपी मूल प्रकृतिश्वरी । गान्धर्वा राधिका रम्या रुक्मिणी परमेश्वरी ॥ परात्परता पूर्ण पूर्णचन्द्र निभानना । भुक्तिभुक्तिप्रदा नित्यं भव व्याधि विनाशिनी ॥

राधा, रासेश्वरी, रम्या, कृष्ण मन्त्राधिदेवता, सर्वाद्या, सर्ववन्धा, वृन्दावन विहारिणी, वृन्दाराध्या, रमा अशेष, गोपी मण्डल पूजिता, सत्यासत्यपरा, सत्यभामा, श्रीकृष्ण वल्लभा, वृषमानसुता, गोपी, मूल-प्रकृति, ईश्वरी, गान्धर्वा, राधिका, रम्या, रुक्मिणी, परमेश्वरी, परात्परता, पूर्णा, पूर्णचन्द्रानिभानना, भुक्तिभुक्तिप्रदा, नित्य, भवव्याधि विनाशिनी ।

इत्येतानि नामानि यः पठेत् स जीवनमुक्तो भवति । इत्याह हिरण्यगर्भो भगवानिति । सन्धिनी तु धाम भूषणशब्दा-सनादिभिन्ना भूत्यातिरूपेण परिणत मृत्युलोकावतरणकाले मातृ-पितृरूपेण चाऽऽसीदित्यनेकावतारकारणाज्ञान शक्तिस्तु क्षेत्रज्ञ-शक्तिरिति इच्छन्भूता मायासत्त्वरजस्तमोमयी बहिरङ्गा जगत्कारणभूता सैवाऽविद्यारूपेण जीवसुन्धन भूता क्रियाशक्तिस्तु लीला शक्तिरिति । य इमामुपनिषदमधोतेः साऽज्जती जतीभवति, स वायुपूतो भवति, स सर्वपूतो भवति, राधाकृष्णप्रियो भवति स यावच्चक्षुः पातं पंक्तोः पुनातिः ॐ तत्सत् ।

इन नामों का जो पाठ करता है वह जीवन्मुक्त हो जाता है, ऐसा भगवान् ब्रह्माशी का कथन है ( यहाँ तक साक्षात्तानी शक्ति—राधा जी का वर्णन हुआ ) अब सन्धिनी शक्ति का वर्णन करते हैं कि यह शक्ति धाम, भूषण, शय्या, आसन आदि और मित्र, सेवक रूप से परिणाम को प्राप्त होती है । जो अनेक अवतारों का कारण है उस ज्ञान शक्ति को ही क्षेत्रज्ञ-शक्ति कहते हैं । इच्छाशक्ति के अन्तर्भूत माया शक्ति है । वह सत्-रज-तम आदि त्रय गुण रूप है और बहिरङ्ग होने से जगत की कारणभूत है । यह माया ही अविद्या रूप से जीव को बंधन में डालने वाली होती है । भगवान् की क्रिया-शक्ति ही लीलाशक्ति है । जो इस उपनिषद् को पढ़ता है, वह अव्रती हो तो भी व्रती हो जाता है; वह वायु के समान पवित्र हो जाता है, वह सर्व पवित्र हो जाता है, वह राधाकृष्ण के प्रिय हो जाता है । जहाँ कहीं उसकी दृष्टि पड़ती है वहाँ तत्त्व वह सबको पवित्र बना देती है । ॐ तत्सत् ।

॥ राघोपनिषद् समाप्त ॥

## तुलस्युपनिषत्

अथ तुलस्युपनिषदं व्याख्यास्यामः । नारद ऋषिः ।  
 अथर्वाङ्गिरश्छन्दः । अमृता तुलसी देवता । सुधा बीजम् । वसुधा  
 शक्तिः । नारायणः कीलकम् । श्यामां श्यामवपुर्धरां ऋक्स्वरूपां  
 यजुर्मेतां '[?] ब्रह्माथर्वप्राणां कल्पहस्तां पुराणपठितां अमृतो-  
 द्भवां अमृतरसमञ्जरीं अनन्तां अनन्तरसभोगदां वैष्णवीं विष्णु-  
 वल्लभां मृत्युजन्मनिवर्हणीं दर्शनात्पापनाशिनीं स्पर्शनात्पावनीं  
 अभिवन्दनाद्रोगनाशिनीं सेवनान्मृत्युनाशिनीं वैकुण्ठार्चनाद्विप-  
 द्धन्त्रीं भक्षणात् वयुनप्रदां प्रादक्षिण्याद्दार्द्रचनाशिनीं मूलमूले-  
 पनान्महापापमञ्जिनीं घ्राणतर्पणादन्तर्मलनाशिनीं य एवं वेद  
 स वैष्णवो भवति । वृथा न छिन्धात् । दृष्ट्वा प्रदक्षिणं कुर्यात् ।  
 यां न स्पृशेत् । पर्वणि न विचिन्वेत् । यदि विचिन्वति स विष्णु-  
 हा भवति । श्रीतुलस्यै स्वाहा । विष्णुप्रियायै स्वाहा । अमृतायै  
 स्वाहा । श्रीतुलस्यै विद्महे विष्णुप्रियायै धीमहि । तन्नो अमृता  
 प्रचोदयात् ॥

अब तुलस्युपनिषद् का विवेचन करते हैं । इस उपनिषद् का  
 ऋषि नारद, छन्द अथर्वाङ्गिर, अमृतस्वरूप तुलसी देवता, सुधा बीज,  
 वसुधा शक्ति, कीलक नारायण है । इस कृष्ण वर्ण वाली, श्यामसुन्दर  
 प्रिय ऋग्वेद स्वरूप, यजुर्वेद चित्त वाली, ब्रह्माथर्ववेद प्राण वाली, कल्प  
 ( वेदाङ्ग ) की हाथ रूप, पुराण में विख्यात, अमृत से उत्पन्न होने वाली  
 अमृत रस की मंजरी के समान अनन्तरूप असंख्य रस तथा भोग देने  
 वाली वैष्णवी विष्णु सम्बन्धी वस्तु विष्णुप्रिया, मृत्यु तथा जन्म को  
 समाप्त करने वाली, देखने से पाप नाशक, छूने से पवित्र करने वाली,



प्रणाम से रोगनाशक, सेवन के मृत्यु दूर करने वाली, विष्णु पूजन करने से ( उनके पूजन में चढ़ाने से ) विपत्तिनाशिका, खाने से प्राणों में शक्ति देने वाली, परिक्रमा से दारिद्र्य नाशक, जड़ में मिट्टी लगाने से ( जैसे पौधों को सुरक्षा के लिए मिट्टी लगाई जाती है ) महापाप को भंजन ( समाप्त ) कर देने वाली, सूँघने से अन्दर के मैल को नाश कर देने वाली है । तुलसी को जो इस रूप में श्रद्धापूर्वक देखता है, समझता है, वह सच्चा विष्णुभक्त है । इसे व्यर्थ न तोड़ें । कहीं देख ले तो परिक्रमा करें । रात को न छूएँ । पर्व के दिन न तोड़ें । यदि तोड़ेगा तो वह विष्णुद्रोही कहलायेगा । श्री तुलसी जो कि विष्णु भगवान् की प्यारी है, अमृत स्वरूप है, उसे नमस्कार पहुँचे । इस विष्णुप्रिय श्री तुलसी का हम ध्यान करते हैं, इसके प्रति अगाध श्रद्धा रखते, हैं, तो वह अनृतस्वरूप हमें अनृतत्व के लिए प्रेरित करे ।

अमृतेऽमृतरूपासि      अमृतत्वप्रदायिनि ।  
 त्वं मानुद्धर संसारात् क्षीरसागरकन्यके ॥  
 श्रीसखि त्वं सदानन्दे मुकुन्दस्य सदा प्रिये ।  
 वरदाभयहस्ताभ्यां मां विलोकय दुर्लभे ॥  
 अवृक्षवृक्षरूपासि वृक्षत्वं मे विनाशय ।  
 तलस्यतुलरूपासि तुलाकोटिनिभेऽजरे ॥  
 अतुले त्वतुलायां हि हरिरेकोऽस्ति नान्यथा ।  
 त्वमेव जगतां धात्री त्वमेव विष्णुवल्लभा ॥  
 त्वमेव सुरसंसेव्या त्वमेव मोक्षदायिनी ।  
 त्वच्छायायां वसेल्लक्ष्मीस्त्वन्मूले विष्णुरव्ययः ।  
 समन्ताद्देवताः सर्वाः सिद्धचारणपद्मगाः ।  
 यन्मूले सर्वतीर्थानि यन्मध्ये ब्रह्मदेवताः ॥

हे क्षीर समुद्र की कन्या तुलसी ! तू अमृतस्वरूप है, इसीलिए 'अमृता' कहलाती है । तू अमृतत्व को देने वाली है, तू मुझे इस संसार

से उद्धृत कर ले । हे लक्ष्मी की सहेली ! तू सदा आनन्दमय है तथा हमेशा ही विष्णु की प्रिय है । हे दुष्प्राप्य ! तू मुझे वरदान तथा अभय की मुद्रा से युक्त हाथों से सुशोभित होकर कृपादृष्टि से देख । यद्यपि तू पेड़ नहीं है, तथापि महात्म्य की अधिकता से वृक्ष ही है, सो तू मेरी अज्ञानता को दूर कर दे । हे तुलसी तू अतुलरूप (जिसके रूप की तुलना नहीं) है । तू जराहीन है । तेरी तुला में करोड़ों तुलाएँ भी नहीं हैं, तू ही करोड़ों तुलनाओं स्वरूप है । हे तुलनाहीन ! तेरी तुलना में तो केवल एकमात्र भगवान् विष्णु ही टिकते हैं और कोई नहीं तू ही संसार की पालन करने वाली है तथा तू ही भगवान् विष्णु की प्रिय है । तू ही देवताओं द्वारा सेवा करने योग्य तथा मोक्ष देने वाली है । तेरी ही छाया में लक्ष्मी निवास करती है तथा तेरे मूल में (जड़ में) ही भगवान् विष्णु का निवास स्थल है । सारे देवता, सिद्ध, चरण, नाग, जिसके मूल में चारों तरफ से रहते हैं तथा सारे तीर्थ भी जिसके मूल में निवास करते हैं एवम् जिसके मध्य में ब्रह्मा देवता रहते हैं ।

यदग्रे वेदशास्त्राणि तुलसीं तां नमाम्यहम् ।

तुलसि श्रीसखि शुभे पापहारिणि पुण्यदे ॥

नमस्ते नारदमुने नारायणमनः प्रिये ।

ब्रह्मानन्दाश्रुसंजाते वृन्दावननिवासिनि ॥

सर्ववियवसम्पूर्णं अमृतोपनिषद्भसे ।

त्वं मातुद्धर कल्याणि महापापाब्धिदुस्तरात् ॥

सर्वेषामपि पापनं प्रायश्चित्तं त्वमेव हि ।

देवानां च ऋषीणां च पितॄणां त्वं सदा प्रिये ॥

विना श्रीतुलसीं विप्रा येऽपि श्राद्धं प्रकुर्वते ।

वृथा भवति तच्छ्राद्धं पितॄणां नोपगच्छति ।

तुलसीपत्रमुत्सृज्य यदि पूजां करोति वै ।

आसुरी सा भवेत् पूजा विष्णुप्रोतिकरी न च ॥

यज्ञं दानं जपं तीर्थं वै देवतार्चनम् ।

तर्पणं मार्जनं चान्यन्न कुर्यात्तुलसीं विना ॥

तुलसीदारुमणिभिः जपः सर्वार्थसाधकः ॥

एवं न वेद यः कश्चित् स विप्रः श्वपचाधमः ॥

जिसके अग्र भाग में वेदशास्त्र रहते हैं उस तुलसी को मैं प्रणाम करता हूँ । हे तुलसी ! तू लक्ष्मी की सखि, कल्याणमय, पापहरण करने वाली तथा पुण्यदात्री है । हे विष्णु के मन को अच्छी लगने वाली, नारद से हमेशा प्रणाम किये जाने वाली, स्तुति किये जाने वाली तुलसी ! तू ब्रह्मा के आनन्दाश्रुओं से उत्पन्न है तथा वृन्दावन में निवास करने वाली है । हे सभी अंगों-अवयवों से पूर्ण ! तथा तुलस्युपनिषद् की रस रूप हे कल्याणी ! तू मुझे महापाप के दुस्तर समुद्र से उबार ले । सभी पापों की प्रायश्चित्तभूत तू ही है । तू देवताओं, ऋषियों तथा पितरों की सदा ही अत्यन्त प्रिय है । जो भी ब्राह्मण बिना तुलसी के प्रयोग किये श्राद्ध करते हैं वह श्राद्ध व्यर्थ हो जाता है तथा पितरों को प्राप्त नहीं होता । यदि कोई तुलसी को छोड़कर ( अर्थात् पूजा की वस्तुओं में न रखकर ) पूजन करता है तो वह पूजा आमुरी कही जाती है तथा वह पूजा विष्णु को प्रसन्न करने वाली नहीं होती । यज्ञ, दान, जप, तीर्थ श्राद्ध, देवताओं का पूजन, तर्पण तथा मार्जन तथा अभ्य भी इसी प्रकार के धार्मिक कृत्य तुलसी के बिना नहीं करने चाहिए । तुलसी की लकड़ी के मनकों वाली माला सभी इच्छित वस्तुओं की साधिका है । जो कोई ब्राह्मण इस तथ्य को नहीं जानता वह चाण्डाल के समान अथवा उससे भी अधिक नीच है ।

इत्याह भगवान् ब्रह्माणं नारायणः, ब्रह्मा नारदसनका-  
दिभ्यः, सनकादयो वेदव्यासाय, वेदव्यासः शुकाय, शुको वाम-  
देवाय, वामदेवो मुनिभ्यः मुनयो मनुष्यः प्रोबुः । य एवं वेद स  
स्त्रीहत्यायाः प्रमुच्यते । स वीरहत्यायाः प्रमुच्यते । स ब्रह्म-

हत्यायाः प्रमुच्यते । स महाभयात् प्रमुच्यते । स महादुःखात् प्रमुच्यते । देहान्ते वैकुण्ठमवाप्नोति वैकुण्ठमवाप्नोति । इत्युपनिषत् ॥

यह सब भगवान् नारायण ने ब्रह्मा को, ब्रह्मा ने नारद सनकादियों को, सनकादि ने वेदव्यास को, वेदव्यास ने शुकदेवजी को, शुकदेव ने वामदेव को, वामदेव ने अन्य मुनियों की तथा मुनियों ने मनुष्यों को कहा । जो इसको ( तथ्य को ) जानता है वह स्त्री-हत्या से मुक्त हो जाता है । वह वीरहत्या से मुक्त हो जाता है । वह ब्रह्महत्या, महा-भय, महा-दुःख आदि से भी छूट जाता है और शरीर समाप्ति पर निश्चित वैकुण्ठ में वास प्राप्त कर लेता है ।

॥ तुलस्युपनिषद् समाप्त ॥

## सूर्योपनिषत्

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवा भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ॥  
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टु वांसस्तनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः ॥ स्वस्ति न  
इन्द्रो वृद्धश्रवाः ॥ स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः ॥ स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो  
अरिष्टनेमिः ॥ स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥ ॐ शान्तिः  
शान्तिः शान्तिः ।

हे पूज्य देवो ! हम कानों से कल्याण सुनें, आँखों से कल्याण  
को देखें । सुदृढ़ अङ्गों तथा देह के द्वारा तुम्हारी स्तुति करते रहें और  
देवताओं ने हमारे लिये जो आयुष्य नियत कर दिया है उसे भोगें ।  
महान कीर्ति वाले इन्द्र हमारा कल्याण करें, सब को जानने वाले पूषा  
देव हमारा कल्याण करें जिसकी गति रोकनी न जा सके ऐसे गरुड़देव  
हमारा कल्याण करें और बृहस्पति हमारा कल्याण करें ! ॐ शान्ति,  
शान्ति, शान्ति ॥

हरिः ॐ । अथ सूर्याथर्वाङ्गिरसं व्याख्यास्यामः । ब्रह्मा  
ऋषिः गायत्री छन्दः । आदित्यो देवता । हंसः सोऽहमग्निनारा-  
यणयुक्तं बीजम् । हृल्लेखा शक्तिः । वियदादिसर्गसंयुक्तं  
कीलकम् । चतुर्विधपुरुषार्थसिद्ध्यर्थे विनियोगः । षट्स्वरारुद्धेन  
बीजेन षडङ्गं रक्ताम्बुजसंस्थितं सप्ताश्वरथिनं हिरण्यवर्णं चतु-  
र्भुजं पद्मद्वयाभयवरदहरतं कालचक्रप्रणेतारं श्रीसूर्यनारायणं य  
एवं वेद स वै ब्राह्मणः ॥ १ ॥

ॐ भूर्भुवः सुवः । तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि ।  
धियो यो नः प्रचोदयात् ॥ २ ॥

ॐ । पुरुष रूप नारायण ने कामना की कि प्रजा की सृष्टि होनी चाहिये । तब नारायण में से प्राण की उत्पत्ति हुई, और मन तथा सब इन्द्रियों की उत्पत्ति भी उन्हीं से हुई । आकाश, वायु, ज्योति, जल और पृथ्वी, जो विश्व को धारण करती है, इन सब पञ्च भूतों की उत्पत्ति भी नारायण से हुई । नारायण से ही ब्रह्माजी उत्पन्न हुये, नारायण से रुद्र की उत्पत्ति हुई । नारायण से इन्द्र उत्पन्न हुये । नारायण से प्रजापति उत्पन्न हुये । नारायण से ही वारह आदित्य, रुद्र, आठ वसु और सब प्रकार के छन्दों की उत्पत्ति हुई । ये नारायण में से ही आते हैं और उसी में लय को प्राप्त होते हैं । ऋग्वेद के इस शिरोमण ( श्रेष्ठ अङ्ग ) का विद्वान् अध्ययन करते हैं ॥ १ ॥

नारायण नित्य रूप है, नारायण ब्रह्मा रूप है, नारायण शिव रूप है, नारायण चक्र रूप है, नारायण काल रूप है, नारायण दिशा रूप है, नारायण विदिशा रूप है, नारायण ही ऊपर है, नारायण ही नीचे है, नारायण ही भीतर और बाहर है । जो कोई उत्पन्न हुआ है, और उत्पन्न होगा वह सब नारायण रूप ही है । एक माय नारायण ही निष्कलङ्क, निरंजन, निर्विकल्प, निराख्यात ( वर्णन से रहित ) और शुद्ध देव है, इनके अतिरिक्त और कहीं कोई नहीं है । जो इस प्रकार जानता है वह विष्णुरूप हो जाता, वह विष्णु के समान हो जाता है । विद्वान् लोग यजुर्वेदोक्त इस श्रेष्ठ तत्त्व का अध्ययन करते हैं ॥ २ ॥

ॐ मित्यग्रे व्याहरेत् । नम इति पश्चात् । नारायणा-  
येत्युपरिष्ठात् । ॐ मित्येकाक्षरम् ॥ नम इति द्वे अक्षरे ।  
नारायणायेति पञ्चाक्षराणि । एतद्वै नारायणास्याष्टाक्षरं पदम् ।  
यो ह वै नारायणस्याष्टाक्षरं पदमभ्येति । अनपब्रुवः सर्वमामु-  
रेति । विन्दते प्राजापात्यं रायस्पोषं गौपत्यं ततोऽमृतत्वमश्नुते  
ततोऽमृतत्वमश्नु इति । एतत्सामवेदशिरोऽधीते ॥ ३ ॥ प्रत्यगा-  
नन्दं ब्रह्मपुरुषं प्रणवस्वरूपम् । अकार उकारो मकार इति ।

ता अनेकधा समभवत्तदेतदोमिति वमुक्त्वा मुच्यते योगी जन्म-  
संसारबन्धनात् । ॐ नमो नारायणायेति मन्त्रोपासको वैकुण्ठ-  
भुवनं गमिष्यति । तदिदं पुण्डरीकं विज्ञानघनं तस्मात्तडिदाम-  
मात्रम् । ब्रह्मण्यो देवकीपुत्रो ब्रह्मण्यो मधुसूदनः । ब्रह्मण्यः  
पुण्डरीकाक्षो ब्रह्मण्यो विष्णुरच्युत इति । सर्वभूतस्थमेकं वै  
नारायणं कारणपुरुष मकारणं परं ब्रह्मोम् । एतदथर्वशिरोऽधी-  
ते ॥ ४ ॥ प्रातरधीयानो रात्रिकृत्तं पापं नाशयति । सायम-  
धीयानो दिवसकृत्तं पापं नाशयति । तत्सायं प्रातरधीयानो  
पापोऽपापो भवति । मध्यंदिनमादित्याभिमुखोऽधीयानः पञ्च-  
महापातकोपपातकात्प्रमुच्यते । सर्ववेदपरायणपुण्यं लभते ।  
नारायणसायुज्यमवाप्नोति श्रीमन्नारायणसायुज्यमवाप्नोति य  
एवं वेद ।

आरम्भ में 'ॐ' का उच्चारण करना, उसके पीछे नमः उच्चारण  
करना, और अन्त में 'नारायणेति' का उच्चारण करना । 'ॐ' में एक  
अक्षर है, 'नमः' में दो अक्षर हैं, और 'नारायणेति' में पाँच अक्षर हैं ।  
इस प्रकार यह नारायण का आठ अक्षर का मन्त्र होता है, इसका जप  
और ध्यान करने से मनुष्य अकालमृत्यु से बचकर पूर्ण आयु को भोगता  
है । उसे प्रजा ( स्त्री पुत्र आदि ), धन सम्पत्ति की और गौ आदि  
पशुओं की प्राप्ति होती है । अन्त में वह अमृतत्व को प्राप्त होता है ।  
सामवेद के इस शिरोभाग का विद्वज्जन अध्ययन करते हैं ।

'अ'कार, 'उ'कार और 'म'कार युक्त यह प्रत्यक् (ॐ) आनन्द  
रूप, ब्रह्मपुरुष रूप और प्रणव स्वरूप है । यह अनेक प्रकार से सम-  
मात्रा है, इसको 'ॐ' करते हैं और इसके जप से योगीजन संसार के  
समस्त बन्धनों और बार-बार जन्म लेने से छूट जाते हैं । 'ॐ नमो  
नारायणेति' इस मन्त्र की उपासना करने वाला वैकुण्ठ धाम को जाता

है । यह पुण्डरीक ( हृदय रूपी कमल ) विज्ञान रूप है, इससे विद्युत की आभा प्रकट होती है । ब्रह्म को ही देवकी पुत्र कहा जाता है, वे ही मधुसूदन है, वे ही पुण्डरीकाक्ष हैं और वे ही विष्णु तथा अच्युत हैं । सर्व प्राणी मात्र में वे ही नारायण रहते हैं, वे कारण पुकार होते हुए भी कारण रहित हैं, वे ही परब्रह्म हैं । विद्वान् लोग अथर्व वेद से इस शिरोभाग ( सार भाग ) का अध्ययन करते हैं ॥ ४ ॥

प्रातः समय इस मन्त्र का जप करने से रात्रि में जो पाप किये हों वे सब नष्ट हो जाते हैं और इसी प्रकार सायंकाल को जप करने से दिन के पाप दूर होते हैं । इस प्रकार प्रातः और सायं इसका जप करने से मनुष्य निष्पाप हो जाता है । दिन के मध्य ( दोपहर ) को सूर्य के सम्मुख इसका जप करने से पंच महापातकों और उपपातकों से छुटकारा हो जाता है । उसे सब वेदों के परायण का फल प्राप्त होता है और नारायण का सायुज्य प्राप्त होता है । इस प्रकार जानने से नारायण से साक्षात्कार होता है ॥ ५ ॥

॥ नारायणोपनिषद् समाप्त ॥



## नारायणोपनिषत्

ॐ सह नावतु । सह नौ भुनक्तु । सहवीर्यं करवावहै ।  
तेजस्वि नावधीतमस्तु मा विद्विषावहै । ॐ शान्तिः शान्तिः  
शान्तिः ।

ब्रह्म हम दोनों ( गुरु-शिष्य ) की साथ ही रक्षा करो हम  
दोनों का साथ ही पालन करो, हम दोनों एक साथ ही पराक्रम करें, हम  
दोनों का अभ्ययन पराक्रमी हो, दोनों किसी का द्वेष न करें ।  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

ॐ अथ पुरुषो ह वै नारायणोऽकामयत प्रजाः सृजेयेति ।  
नारायणात्प्राणो जायते । मनः सर्वेन्द्रियाणि च । खं वायुर्ज्यो-  
तिरापः पृथिवी विश्वस्य धारिणी । नारायणाद्ब्रह्मा जायते ।  
नारायणद्रुद्रो जायते । नारायणादिन्द्रो जायते । नारायणात्प्र-  
जापतिः प्रजायते । नारायणाद्द्वादशादित्या रुद्रा वसवः सर्वाणि  
छन्दासि नारायणादेव समुत्पद्यन्ते । नारायणात्प्रवर्तन्ते ।  
नारायणो प्रलीयन्ते । एतद्वेदशिरोऽधीते ॥१॥ अथ नित्यो  
नारायणः । ब्रह्मा नारायणः । शिवश्च नारायणः । शक्रश्च  
नारायणः । कालश्च नारायणः । दिशश्च नारायणः । विदिशश्च  
नारायणः । ऊर्ध्वं च नारायणः । अधश्च नारायणः । अत-  
र्बहिश्च नारायणः । नारायण एवेदं सर्वं यद्भूतं यच्च भव्यम् ।  
निष्कलङ्को निरञ्जनो निर्विकल्पो निराख्यातः शुद्धां देव एको  
नारायणो न द्वितीयोऽस्ति कश्चित् । य एवं वेद स विष्णुरेव  
भवति स विष्णुरेव भवति । एतच्चतुर्वेदशिरोऽधीते ॥२॥

सूर्य आत्मा जगतस्तस्थुपञ्च । सूर्यादे खल्विमानि भूतानि जायन्ते । सूर्याद्यज्ञः पर्जन्योऽन्नमात्मा ॥ ३ ॥

नमस्त आदित्य । त्वमेव प्रत्यक्षं कर्मकर्ताऽसि । त्वमेव प्रत्यक्षं ब्रह्मऽसि । त्वमेव प्रत्वक्षं विष्णुरसि । त्वमेव प्रत्यक्षं रुद्रोऽसि । त्वमेव प्रत्यक्षमृगसि । त्वमेव प्रत्यक्ष यजुरसि । त्वमेव प्रत्यक्षं सामासि । त्वमेव प्रत्यक्षमथर्वाऽसि । त्वमेव सर्वं छन्दोऽसि ॥ ४ ॥

आदित्याद्वायुर्जायते । आदित्याद्भूमिर्जायते । आदित्य-  
द्वापो जायन्ते । आदित्याज्ज्योतिर्जायते । आदित्याद्वायोम दिशो जायन्ते । आदित्याद्देवा जायन्ते । आदित्याद्वेदा जायन्ते । आदित्यो वा एष एतन्मण्डलं तपति । असावादित्यो ब्रह्म । आदित्योऽन्तःकरणमनोबुद्धिचित्ताहङ्काराः । आदित्यो वै व्यानः समानोदानोऽपानः प्राणः । आदित्यो वै श्रोत्रवक्त्रक्षूरसन-  
घ्राणः । आदित्यो वै वाक्पाणिपादपायूपस्थाः । आदित्यो वै शब्दस्पर्शरूप रसगन्धाः । आदित्यो वै वचनादानागमनविसर्ग-  
नन्दाः । आनन्दमयो विज्ञानमयो विज्ञानमय आदित्यः ॥ ५ ॥

अब सूर्य-सम्बन्धी अथर्ववेदीय मन्त्रों की व्याख्या की जाती है । इस मन्त्र के ऋषि ब्रह्मा, छन्द गायत्री, देवता सूर्य हैं । 'हसः' 'सोऽह' अग्निनारायण युक्त बीज तथा हृल्लेखा शक्ति है । कीलक वियत् आदि सृष्टि से संयुक्त है । इसका विनियोग चारों प्रकार की पुरुषार्थ-सिद्धि में करते हैं । छः स्वरों पर प्रतिष्ठित बीज सहित षडङ्ग रत्नकमल पर स्थित, सात अश्वों से युक्त रथ पर आरूढ़, हिरण्यवर्ण, चार भुजाओं में दो कमल, वरमुद्रा और बभ्रुमुद्राधारी कालचक्र के विधायक सूर्य को इस भाँति जानने वाला ही ब्राह्मण है, ॥ १ ॥ जो सूर्य नारायण प्रणव के अर्थभूत सत्-चित्-आनन्दमय तथा भूः भुवः स्वः रूप से त्रैलोक्य रूप

हैं, उन्हीं विश्व-रचयिता के महाव तेज का हम चिन्तन करते हैं । वे भगवान हमारी बुद्धियों के प्रेरक हैं ॥ २ ॥ सूर्य सम्पूर्ण स्थावर जङ्गम के आत्मा हैं । इन्हीं से इन भूतों की उत्पत्ति होती है । उन्हीं से यज्ञ, मेघ और आत्मा आविर्भूत होते हैं ॥ ३ ॥ हे आदित्य ! हम तुम्हें नमस्कार करते हैं । तुम्हीं कर्म और कर्त्ता हो, तुम्हीं ब्रह्मा और विष्णु हो । तुम्हीं स्रष्टा एवं ऋक्, यजु, साम और अथर्व हो । तुम सम्पूर्ण छन्द रूप हो ॥ ४ ॥ आदित्य से वायु, भूमि, जल, ज्योति, आकाश और दिशाएँ उत्पन्न होती हैं । उन्हीं से देवता प्रकट होते हैं । उन्हीं से वेदों की उत्पत्ति है । इस ब्रह्माण्ड को आदित्य ही तपाते हैं । वही ब्रह्म हैं । वही अन्तःकरण रूप हैं । वही पाँचों प्राण के रूप में प्रतिष्ठित हैं । वही पंचेन्द्रिय के रूप में कार्य करते हैं । वही पंच कर्मेन्द्रिय हैं । ज्ञानेन्द्रियों के पञ्च विषय भी वही हैं । कर्मेन्द्रियों के पाँच विषय आदित्य ही हैं । वे ही ज्ञान-विज्ञान से मुक्त एवं आनन्दमय हैं ॥ ५ ॥

नमो मित्राय भानवे सृत्योर्मा पाहि । आजिष्णवे विश्व-हेतवे नमः ।

सूर्याद्भवन्ति भूतानि सूर्येण पालितानि तु ।

सूर्ये लयं प्राप्नुवन्ति यः सूर्यः सोऽहमेव च ॥

चक्षुर्नो देवः सविता चक्षुर्न उत पर्वतः ।

चक्षुर्धाता दधातु नः ॥

आदित्याय विद्यहे सहस्रकिरणाय धीमहि ।

तन्नः सूर्यः प्रचोदयात् ।

सविता पुरस्तात् सविता पश्चात्तात्

सविनोत्तरात्तात् सविताऽग्ररात्तात् ।

सविता नः सुवतु सर्वतार्ति

सविता नो रासतां दीर्घमायुः ॥६॥

ॐ इत्येकाक्षरं ब्रह्म । धृणिरिति द्वे अक्षरे । सूर्य इत्यक्षरद्वयम् । आदित्य । इति त्रीण्यक्षराणि । एतस्यैव सूर्यस्याष्टाक्षरो मनुः ॥ ७ ॥

यः सदाऽहरहर्जपति स वै ब्राह्मणो भवति स वै ब्राह्मणो भवति । सूर्याभिमुखो जप्त्वा महाव्याधिभयात् प्रमुच्यते । अलक्ष्मीर्नश्यति । अभक्ष्यभक्षणात् पूतो भवति । आगम्यागमनात् पूतो भवति । पतितसंभाषणात् पूतो भवति । असत्संभाषणात् पूतो भवति । मध्याह्ने सूर्याभिमुखः पठेत् । सद्योत्पन्नपञ्चमहापातकात् प्रमुच्यते । सैषा सावित्री विद्यां (द्या) न किञ्चिदपि न कस्मैचित् प्रशंसयेत् । य एतां महाभागः प्रातः पठति स भाग्यवान् जायते । पशून् विन्दति । वेदार्थं लभते । त्रिकालमेतज्जप्त्वा ऋतुशतफलमवाप्नोति । हस्तादित्ये जपति स महामृत्युं तरति स महामृत्युं तरति य एवं वेद । इत्युपनिषत् ॥ ८ ॥

मित्र देवता और भगवान् सूर्य को नमस्कार है । भगवन् ! मृत्यु से मेरी रक्षा करो ! विश्व के कारण रूप एवं तेजस्वी सूर्य को नमस्कार है । सूर्य से ही सब चराचर प्राणियों की उत्पत्ति है । वे ही उनका पालन करते हैं तथा अन्त में सब जीव उन्हीं में लीन हो जाते हैं । जो सूर्य हैं, वही मैं हूँ । सविता देव हमारे पशु हैं । सब के धारण करने वाले सूर्य हमारे नेत्रों को देखने की शक्ति प्रदान करने वाले बनें । 'हम आदित्य को जानते हैं । इस सहस्ररश्मि वाले भगवान् भास्कर का ध्यान करते हैं । वे सूर्य हमें प्रेरणा दें ।' पीछे-आगे, इधर-उधर सब ओर सविता देव हैं । वे सविता देव हमारे निमित्त सब कुछ उत्पन्न करें । वे हमें दीर्घायु दें । ॐ रूप एकाक्षर मन्त्र ब्रह्म है । 'धृणि' और 'सूर्य' दो-दो अक्षरों के मन्त्र हैं । 'आदित्य' में तीन अक्षर हैं । इन सब के योग से सूर्य नारायण का अष्टाक्षर महामन्त्र हो जाता है ॥ ७ ॥ इस

मन्त्र को नित्य प्रति जपने वाला ब्रह्मज्ञानी होता है । सूर्य की ओर मुख करके जाप करने से घोर रोग से छुटकारा मिलता है । दरिद्रता दूर होती और पाप नष्ट होते हैं । मध्याह्न काल में सूर्याभिमुख जप करने से हाल में उत्पन्न हुए पञ्च महापापों से मुक्त होता है । इस सावित्री विद्या की कहीं कुछ प्रशंसा न करे । प्रातःकाल पाठ करने वाले की भाग्यवृद्धि होती है । उसे पशु, धन आदि के साथ ही वेदार्थ ज्ञान की उपलब्धि होती है । त्रिकाल जप से सैकड़ों यज्ञों का फल मिलता है । सूर्य के हस्त नक्षत्र पर रहते हुए इसका जप करने वाला महामृत्यु से पार होता है तथा इस प्रकार जानने वाला भी महामृत्यु को लांघ जाता है ।

॥ सूर्योपनिषद् समाप्त ॥



## भावनीपनिषत्

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवा भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः॥  
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टु वांसस्तनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः ॥ स्वस्ति न  
इन्द्रो वृद्धश्रवाः॥ स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः ॥ स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो  
अरिष्टनेमिः ॥ स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥ ॐ शान्तिः  
शान्तिः शान्तिः ॥

शान्तिपाठ—हे पूज्य देवो ! हम कानों से कल्याण सुनें, आँखों से कल्याण को देखें । सुदृढ़ अङ्गों तथा देह के द्वारा तुम्हारी स्तुति करते रहें और देवताओं ने हमारे लिये जो आयुष्य नियत कर दिया है उसे भोगें । महान कीर्ति वाला इन्द्र हमारा कल्याण करे, सब को जानने वाले पूषा देव हमारा कल्याण करें, जिसकी गति रोकनी न जा सके ऐसे गरुड़देव हमारा कल्याण करे और बृहस्पति हमारा कल्याण करें ! ॐ शान्ति, शान्ति, शान्ति ॥

श्री गुरुः परम कारणभूता शक्तिः ॥ १ ॥

केन । नवरत्नरूपो देहो नवशक्तिमयं श्रीचक्रम् । वाराही पितृरूपा कुरुकुला बली देवता माता । पुरुषार्थिः सागराः । देहो नवरत्नद्वीपः । आधारनवकमुद्राः शक्तयः । त्वगादिसप्तधातुभिरनेकैः संयुक्ताः संकल्पा कल्पतरवः । तेजः कल्पकोद्यानम् । रसनया भाव्यमाना मधुराम्लतिक्तकटुकषायलवणरसा षडृतवः । क्रिया-शक्तिः पीठम् । कुण्डलिनी ज्ञानशक्तिगृहम् । इच्छाशक्तिर्महात्रि-पुरमुन्दरी ज्ञाता होता । ज्ञानमर्घ्यम् ज्ञेयं हविः । ज्ञातृज्ञान-ज्ञेयानामभेदभावनं श्रीचक्रपूजनम् । नियतिसहितशृङ्गारादयो नव रसा अणिमादयः । कामक्रोधलोभमोहमात्सर्यपुण्यपापमया

ब्राह्मचर्यशक्तयः । पृथिव्यापस्तेजोवाय्वाकाशश्रोत्रत्वक्चक्षुर्जिह्वा-  
घ्राणवाक्पाणिपादपायूपस्थविकाराः षोडश शक्तयः । वचनादान-  
गमनविसर्गानन्दहानोपादानोपेक्षाबुद्धयोऽनङ्गकुसुमादिशक्तियोऽष्टौ ।  
अलम्बुसा कुहूविश्वोदरी वरुणा हस्तिजिह्वा यशस्वत्यश्विनी  
गान्धारी पूषा शङ्खिनी सरस्वतीडा पिङ्गला सुषुम्ना चेति चतुर्दश  
नाड्यः सर्वसंक्षोभिण्यादिचतुर्दशारदेवताः । प्राणापानव्यानोदान-  
समाननागकूर्मकृकरदेवदत्तघनंजया दश वायवः सर्वसिद्धिं प्रदाऽऽ-  
दिवहिर्दशारदेवताः । एतद्वायुतशसंसर्गोपाधिभेदेन रेचकपूरकशो-  
षकदाहकल्पावका अमृतमिति प्राणमुख्यत्वेन पञ्चविधोऽस्ति ।  
मनुष्याणां मोहको देहको भक्ष्यभोज्यलेह्यचोष्यपेयात्मकं चतुर्विध-  
मन्नं पाचयति । एता दश धनकलाः सर्वज्ञत्वाद्यन्तर्दशारदेवताः ।  
शीतोष्णसुखदुःखेच्छासत्वरजस्तमोगुणा वशिन्यादिशक्तयोऽष्टौ ।  
शब्दस्पर्शरूपरसगन्धाः पञ्चतन्मात्राः पञ्च पुष्पबाणा मन इक्षु-  
धनुः । वश्यो वाणो रागः पाशो द्वे षोऽङ्कुशः । अव्यक्तमहत्तत्वा-  
हंकारकामेद्वरीवज्रं श्वरीभगमालिन्योऽन्तस्त्रिकोणाग्रगा देवताः ।  
पञ्चदशतिथिरूपेण कालस्य परिणामावलोकनं पञ्चदश नित्या  
श्रद्धाऽनुरूपधिदेवता । तयोः कामेश्वरी सदानन्दघना पूर्णा  
स्वात्मैकरूपा देवता ॥ २ ॥

श्री गुरु ही सर्व प्रधानभूत शक्ति हैं । ( गुरु शब्द का अर्थ है  
गु अर्थात् अपने अज्ञान को रु अर्थात् अपने ज्ञान से जो नष्ट करदे । )  
( इन्हीं की कृपा से ईशत्व की प्राप्ति होती है ) । १ । किस कारण से  
देह में श्रीचक्रत्व सिद्ध होता है ? नौ छेदों से युक्त शरीर है और विमल  
से लेकर ईशान तक नौ शक्तियों से युक्त श्रीचक्र है । इसकी माता कुरु  
कुल्ला देवी तथा वाराही पिता के रूप में हैं । पुरुषार्थ उद्योग (परिश्रम)  
चारों पुरुषार्थ, धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष ही इसके चार समुद्र हैं । देह  
ही नवरत्न द्वीप है । इस द्वीप की आधारभूत शक्तियाँ योनिमुद्रा आदि

सर्वे संशोभिणी पर्यन्तवर्णित महात्रिपुरमुन्दरी आदि नौ हैं । त्वचा, आदि सात धातुओं से मुक्त संकल्प-विकल्प ही कल्पवृक्ष है । उस परमात्मा से भिन्न प्रतीयमान तेज स्वरूप-सा जीव ही उद्यान है । जीभ के द्वारा

आस्वादित किये जाने वाले मधुर, अम्ल, तिक्त (खट्टा, तीखा) कड़वा, कपिला और नमकीन रस छः ऋतुयों हैं । क्रिया नामक जो शक्ति वही पीठ है । कुण्डलिनी रूप ज्ञान शक्ति ही घर है । इच्छा शक्ति ही महा-त्रिपुरमुन्दरी नामक आराध्य भगवती है । जानने वाला, ही हवन करने वाला, ज्ञान ही अर्घ्य एवं जानने लायक वस्तुयों ही हविरूप (हवन करने का द्रव्य) हैं । ज्ञाता, ज्ञान और ज्ञेय को अभेद मानना ही श्रीचक्र का पूजन है । नियति (भाग्य) से मुक्त श्रृङ्गार, वीर, करुणा आदि नौ रस ही अग्निमा, महिमा, गरिमा आदि दश सिद्धियाँ हैं । काम, क्रोध, लोभ, मद, मात्सर्य पुण्य तथा पाप से युक्त ब्राह्मी आदि आठ शक्तियाँ हैं ।

पृथ्वी, जल, तेज, वायु, आकाश, कान, त्वचा, आँख, जीभ, नाक, वाणी, हाथ, मूलमूत्रेन्द्रियाँ आदि विकार ही सोलह शक्तियाँ हैं । वाचनादान, गनन, विसर्ग, आनन्द, दान, उपादान, उपेक्षा, बुद्धि तथा अनङ्ग कुसुम आदि आठ शक्तियाँ हैं । आलम्बुषा, कुहू, विश्वोदरी, वरुणा, हस्तिजिह्वा, यशस्विनी, अश्विनी, गान्धारी पूषा, शशिनी, सरस्वती, इडा, पिङ्गला, सुषुम्ना ये चौदह नाडियाँ सर्व संशोभिणी आदि चौदह देवतात्मक हैं । प्राण, अपान, उदान, समान, व्यान, नाग, कूर्म, कृकर, देवदत्त, घनञ्जय ये दश वायु सर्व सिद्धिप्रद आदि बाह्यमुख दशारदेवता प्रधान हैं इन दश वायुओं के सम्पक एवं स्थान भेद से, रेचक, पूरक, शोषक, दाहक, प्लावक अमृत ये पाँच रूप में वायु प्रधान हैं अर्थात् इन पाँच नाम से ये वायु प्रधानतया गृहीत होते हैं, तथा मनुष्यों के मोहक, तथा दाहक होते हुए चबाये जाने वाले, चाटे जाने वाले, चूसे जाने वाले तथा पिये जाने वाले इन चार प्रकार के अन्न को पकाते हैं । ये दश अग्नि की कला स्वरूप वायु ही सर्वज्ञत्व आदि अन्तर्दशारदेवतात्मक हैं । शीत, उष्ण, सुख, दुःख,



इच्छा, सत्त्व, रज, तम आदि ही वशिनो आदि आठ शक्तियाँ हैं । शब्द, स्पर्श, रूप, रस और गन्ध आदि पंच तन्मात्रायें ही पाँच पुष्पों के बाप हैं और मन ही ईश का बना धनुष है (अर्थात् मन से ये रूपादि फेंके जाते हैं ।) वश में होना ही वाण है, राग (प्रेम) ही पाश (बन्धन) है, द्वेष ही अंकुश है । अव्यक्त, महत्तत्त्व, अहंकार, कामेश्वरी, वज्रेश्वरी, भगमालिनी आदि आन्तरिक त्रिकोण के अग्रस्थित देवता हैं । पन्द्रह तिथियों के रूप से काल के परिणाम को देखना, पन्द्रह नित्य श्रद्धानुरूप अधिदेवता हैं । उनमें (वज्रेश्वरी तथा भगमालिनी में) आद्या प्रधान कामेश्वरी हैं जो कि सत्, चित्, आनन्द धनस्वरूप हैं । तथा-परमा र्मक रूपादेवता हैं ॥ १ ॥ ( सारांश यह हुआ कि इन आयु के वशीकरण से रूपादि को वश में रखने से कुण्डलिनी, जीव, आत्मा आदि के ज्ञान को सही भाँति प्राप्त कर सर्वत्र एकभाव-भावना ही भावनोपनिषद् है जो कि मोक्ष का खुला द्वार है ) ॥ २ ॥

सलिलं सौहित्यकारणं सत्त्वं कर्तव्यमकर्तव्यमिति भावना-  
श्रुत उपचारः । अस्ति नास्तीति कर्तव्यता उपचारः । बाह्या-  
भ्यन्तःकरणानां रूपग्रहणयोग्यताऽस्वित्यावाहनम् । तस्य बाह्या-  
भ्यन्तःकरणानामेकरूपविषयग्रहणमासनम् । रक्तशुक्लपदैकीकरणं  
पाद्यम् । उज्ज्वलदामोदानन्दासनं दानमर्घ्यम् । स्वच्छं स्वतः-  
सिद्धमित्याचमनीयम् । विच्चन्द्रमयीसर्वाङ्गस्रवणं स्नानम् ।  
चिदग्निस्वरूपपरमानन्दशक्तिस्फुरणं वस्त्रम् । प्रत्येक सप्तविंश-  
तिधा भिन्नत्वेनेच्छाज्ञानक्रियाऽऽत्मब्रह्मग्रन्थिभद्रसतन्तुब्रह्मनाडी  
ब्रह्मसूत्रम् । स्वव्यतिरिक्तवस्तुसङ्गरहितस्मरणं विभूषणम् ।  
स्वच्छस्वपरिपूरणानुस्मरणं गन्धः । समस्तविषयाणां मनसः  
स्थैर्येणानुसंधानं कुसुमम् । तेषामेव सर्वदा स्वीकरणं धूपः ।  
पवनावच्छिन्नोर्ध्वज्वलनसच्चिदुल्काऽऽकाशदेहो दीपः । समस्त-  
यातायातवर्ज्यं नैवेद्यम् । अवस्थात्रयैकीकरणं ताम्बूलम् । मूला-

## चारों वेदों का सरल हिन्दी भाष्य

**ऋग्वेद**—में सृष्टि रचना, प्रकृति, आत्मा और जीव का स्वरूप, धर्म-नीति, चरित्र, सदाचार, परोपकार और मनुष्य के वास्तविक कर्तव्य का सुन्दर दिग्दर्शन है। साथ ही समाज-नीति, राजनीति, अर्थनीति, अंक-गणित, रेखागणित, बीज-गणित, ज्योतिष, भूगोल, खगोल, रसायन-शास्त्र, भूगर्भ-विद्या, धातु-विज्ञान व मनोविज्ञान के मूल, सिद्धान्तों का स्पष्टीकरण किया गया है। ४ खण्डों का मूल्य २४) मात्र

**अथर्ववेद**—में अन्न-सिद्धि, बुद्धि बढ़ाने के उपाय, वीर्य रक्षा, ब्रह्मचर्य, वन-धान्य, समय पर वृष्टि, व्यापार की वृद्धि, दीर्घ आयु और सुदृढ़ स्वास्थ्य के साधन, राज्याधिकारियों का नियन्त्रण, युद्ध में विजय, शत्रु सेना में मोह व भ्रम उत्पन्न करना आदि विषयों का विज्ञान है।

२ खण्ड—मूल्य १२) मात्र

**यजुर्वेद**—कर्मकाण्ड प्रधान वेद है। इसमें यज्ञों के विधि-विधान व विज्ञान पर प्रकाश डाला गया है। इसके साथ राजनीति, समाजनीति, अर्थनीति, शिल्प, व्यवसाय, राज्य, स्वराज्य, साम्राज्य आदि के सम्बन्ध में कल्याणकारी ज्ञान प्रदान किया गया है। मूल्य ६) मात्र

**सामवेद**—यद्यपि चारों वेदों में आकार की दृष्टि से सबसे छोटा है, फिर भी उसकी प्रतिष्ठा सर्वाधिक है। सामवेद के मन्त्र अमूल्य रत्नों की खान हैं। इसकी भक्तिरसपूर्ण काव्य धारा में अवगाहन करने से तुरन्त ही मनुष्य का अन्तरतम निर्मल, विशुद्ध, पवित्र और रससिक्त हो जाता है। मूल्य ६)

गायत्री तपोभूमि, मथुरा के संचालक वेदमूर्ति तपोनिष्ठ पं० श्रीराम शर्मा आचार्य द्वारा प्राचीन सायणभाष्य के आधार पर यह हिन्दी संस्करण सम्पादित हुआ है। इसमें मूल वेदमन्त्रों के साथ-साथ हिन्दी अनुवाद प्रस्तुत किया गया है।

प्रकाशक:

संस्कृति संस्थान, ख्वाजा कुतुब बरेलो (उ० प्र०

## १०८ उपनिषदें—हिंदी टीका सहित

वेद के कुछ रहस्यों का सरल रीति से विस्तार पूर्वक विवेचन उपनिषदों में हुआ है। प्राचीन-काल में ऋषि, मुनि मानव-जीवन की व्यक्तिगत व सामाजिक सभी प्रकार की उलझी हुई समस्याओं को सुलझाने के लिए लाखों वर्षों से जो चिन्तन और मनन करते रहे हैं, उनका सार उपनिषदों में संचित है। आत्म-विद्या, ब्रह्मविद्या के रहस्य का उपनिषदों में विवेचन हुआ है। यह जीवन का सर्वांगपूर्ण दर्शन ही है।

प्रमुख उपनिषदें १०८ हैं। उनमें से अब तक बहुत थोड़ी उपनिषदों का भाष्य उपलब्ध था। शेर कठिन संस्कृत में होने के कारण सर्वसाधारण के लिए कुछ ही बनी हुई थी। प्रसन्नता की बात है कि गायत्री तपोभूमि, मथुरा के सञ्चालक वेदमूर्ति तपोनिष्ठ पं० श्रीराम शर्मा आचार्य द्वारा १०८ उपनिषदों का भूयः मन्त्रों से भाष्य सरल व सुदोष हिन्दी भाष्य किया गया है। यह अपने ढंग का सर्व प्रथम प्रकाशन है। इसके तीन भाग हैं (१) ज्ञान खण्ड (२) ब्रह्मविद्या खण्ड (३) साधना खण्ड। ज्ञान खण्ड में विवारात्मक व आचारात्मक उपनिषदें हैं। ब्रह्मविद्या खण्ड में आध्यात्मिक रहस्यों का विवेचन है। साधना खण्ड में योग साधनों का मार्ग दर्शन है। प्रत्येक खण्ड का मूल्य ७) २०। ३ खण्डों के सम्पूर्ण सेट का २१), २० डाक खर्च इसके अतिरिक्त।

भारत के महामान्य राष्ट्रपति डॉ० राधाकृष्णन् की सम्मति है—

“यह एक महत्वपूर्ण प्रकाशन है और मुझे विश्वास है कि उसे बहुत लोग पढ़ना पसन्द करेंगे।”

दैनिक हिन्दुस्तान नई दिल्ली की सम्मति—“वस्तुतः उपनिषदों ने इस संकलन में सरलता, सरसता और सुखचिन्ता की ज्ञान गंगा प्रवाहित की गई है। भारत के प्रसिद्ध-प्रसिद्ध पुस्तक विप्रेताओं और संस्थाओं द्वारा जो प्रकाशन हमारे देखने में आए हैं, उन सबसे बढ़कर उपनिषदों का रहस्य समझने में आचार्य जी ही अधिक सफल हुए हैं।”

प्रकाशक :—

संस्कृति संस्थान, ख्वाजा कुतुब, बरेली (उ. प्र.)

## चतुर्वेदोपनिषत्

ॐ अथातो मनोपनिषदमेव तदाहुः । एको ह वै नारायण आसीत् । न ब्रह्मा न ईशानो नापो नाग्निः न वायुः नेमे द्यावा-पृथिवी न नक्षत्राणि न सूर्यः । स एकाकी नर एव । तस्य ध्याना-न्तस्स्थस्य ललाटात् स्वेदोऽपतत् । ता इमा आपः । ता एते नो हिरण्यमयमक्षम् । तत्र ब्रह्मा चतुर्मुखोऽजायत । स ध्यातपूर्वा-मुखो भूत्वा भूरिति व्याहृतिः गायत्रं छन्द ऋग्वेदः । पश्चिमा-मुखो भूत्वा भूरिति व्याहृतिस्त्रैष्टुभं छन्दः यजुर्वेदः । उत्तरामुखो भूत्वा भुवरिति व्याहृतिर्जगत् छन्दः सामवेदः । दक्षिणामुखो भूत्वा जनदिति व्याहृतिरानुष्टुभं छन्दोऽथर्ववेदः ॥ १ ॥

हाँ तो इसे महोपनिषत् ही कहा जाता है । सर्वप्रथम एक नारा-यण ही था । न तो ब्रह्मा ही न ईशान (शिव) ही था, और न वायु पृथ्वी, आकाश, नक्षत्र एवं सूर्य में से कोई था । वह अकेला नर ही था । ध्यान में स्थित उस नर के मस्तक से पसीना गिरा । वही यह जलराशि है । यही वह हमारे सुनहरे अन्न है । वही ब्रह्मा चार मुख वाला हुआ । उसने पूर्वामुख होकर 'भूः' इस व्याहृति गायत्री छन्द एवं ऋग्वेद, पश्चिमा-भिमुख होकर 'भूः' इस व्याहृति त्रिष्टुप छन्द एवं यजुर्वेद, उत्तराभिमुख होकर 'भुवः' इस व्याहृति जगती छन्द तथा सामवेद, और अन्त में दक्षिणा-भिमुख होकर जनद् इम व्याहृति अनुष्टुप छन्द तथा अथर्ववेद का सञ्चारण किया ॥ १ ॥

सहस्रशीर्षं देवं सहस्राक्षं विश्वसम्भवम् ।

विश्वतः परमं नित्यं विश्वं नारायणं हरिम् ॥२॥

विश्वमेवेदं पुष्पं तं विश्वमुपजीवति ।

ऋषि विश्वेश्वरं देवं समुद्रं तं विश्वरूपिणम् ॥३॥

पद्मकोशप्रतीकाशं लम्बत्याकोशसन्निभम् ।

हृदये चापाधोमुखं सतस्यत्यैशीत्करामिश्च ॥४

तस्य मध्ये महानग्निविश्वार्चिविश्वतोमुखः ।

तस्य मध्ये बह्विशिखा अणीशोर्ध्वा व्यवस्थिता ॥५

तस्याः शिखाया मध्ये परमात्मा व्यवस्थितः ।

स ब्रह्मा स ईशानः सोऽक्षरः परमः स्वराट् । ६

हजारों शिर वाले हजारों आँखों वाले, विश्व की उत्पत्ति करने वाले परमदेव जो कि सर्वत्र व्यापक हैं हमेशा सर्वत्र विद्यमान एवम् नारायण, हरि आदि जगत् से प्रसिद्ध हैं । उस ऋषि स्वरूप संसार के स्वामी समुद्र-शायी विश्वरूप परम-पुरुष का आश्रय लेकर ही यह संसार जीता है । कमलकोश के समान आकाश की तरह हृदय में अवोमुख होकर लटका है जो अपनी शक्तियों से सब कुछ करता है । उसके बीच में महान् अग्नि-जिनकी ज्वाला चारों ओर लपट मारती है एवम् चारों मुख वाली (लप-कने वाली) है । उसके बीच में ही बह्विशिखा है जो कि अणीय के ऊपर स्थित है । उस शिखा के मध्य में ही परमात्मा स्थित है कि स्वयं ही ब्रह्म शिव अक्षर (ब्रह्म) एवम् परम प्रभुः स्वयं प्रकाश है ॥२-६॥

य इमां महोपनिषद् ब्राह्मणोऽधीते अश्रोत्रियः श्रोत्रियो भवति । अनुपनीतः उपनीतो भवति । सोऽग्निपूतो भवति । स वायुपूतो भवति । स सूर्यपूतो भवति । स सोमपूतो भवति । स सत्यपूतो भवति । सर्वदेवैर्ज्ञातो भवति । सर्वेषु तीर्थेषु स्नातो भवति । तेन सर्वैः ऋतुभिरिष्टं भवति । गायत्र्याः षष्टि सहस्राणि जप्तानि भवन्ति । इतिहासपुराणानां सहस्राणि जप्तानि भवन्ति । प्रणवानामयुतं जप्तं भवति । आचक्षुषः पङ्क्ति पुनाति आसंप्तमात् पुरुषं पुनाति । जाप्येन अमृतत्वं च गच्छति अमृतत्वं च गच्छति इत्याह भगवान् हिरण्यगर्भः ॥ ७ ॥

जो ब्राह्मण इस महोपनिषद् को पढ़ता है वह यदि अश्रोत्रीय हो तो श्रोत्रीय (कर्मकाण्डी हो जाता है । अनुपनीत हो तो उपनीत (यज्ञोप-वीती) होता जाता है । वह अग्नि-पवित्र, वायु-पवित्र, सूर्य-पवित्र, सोम-

पवित्र, सत्य से पवित्र माना जाता है, हो जाता है। उसे सभी देव जानते हैं। उसने सभी तीर्थों का स्नान कर लिया, तथा सभी यज्ञ भी कर चुका। उसने तो गायत्री के साठ हजार जप कर लिए। इतिहास तथा पुराणों के हजारों जप वह कर चुका। दस हजार ॐकार का जप वह कर चुका। वह पुरुष अपनी दृष्टिमात्र से मनुष्यों की पंक्तियों को ( हजारों मनुष्यों को) पवित्र कर देता है। सातवीं पीढ़ी तक के मनुष्यों को पवित्र कर देता है एवम् जो इसे पढ़ता है वह अमृतत्व को निश्चित ही प्राप्त कर लेता है, ऐसा भगवान् हिरण्यगर्भ ने कहा है ॥७॥

देवा ह वा स्वर्गं लोकमाग्रस्ते देवा रुद्रमपृच्छंस्ते देवा ऊर्ध्ववाहवो रुद्रं स्तुवन्ति । भूस्त्वादिर्मध्यं भुवस्ते स्वस्ते शीर्षं विश्वरूपोऽसि ब्रह्मं कस्त्वं द्विधा त्रिधा शान्तिस्त्वं द्रुतमहुतं दत्त-मदत्तं सर्वमसर्वं विश्वमविश्वं कृतमकृतं परमपरं परायणं च त्वम् । अपाम सोमममृता अभूमागन्म ज्योतिरविदाम देवा नमस्याम धूर्तेरमृतं मृतं मर्त्यं च सोमसूर्यपूर्वजगदधीतं वा यदक्षरं प्राजापत्यं सौम्यं सूक्ष्मं ग्राहं ग्राहेण भावं भावेन सौम्यं सौम्येन सूक्ष्मं सूक्ष्मेण प्रसति तस्मै महाग्रासाय नमः ॥ ८ ॥

देवता स्वर्ग लोक में आये तथा हाथ उठाकर रुद्र की स्तुति करते हुए उनसे पूछा (कहा) तेरा आदि भूः, मध्य भुवः, शिरः स्वः है, तू विश्व-रूप है, तू ही एक ब्रह्म है। द्विविध, त्रिविध शक्तिद्रुत (होम किया गया) अद्रुत, दिया, न दिया, सर्व (सब कुछ) असर्व, विश्व (संसार) अविश्व, किया न किया, पर, अपर परायण सब तू ही है। हम सोम पान अमृत होवें, हमें ज्ञान प्राप्त हो, हम देव आपको नमस्कार करते हैं, अमृत, मृत, मर्त्य, सोम, सूर्य, पूर्व संसार, अवीत या जो अक्षर ( अविनाशी ) प्राजा-पत्य, सौम्य सूक्ष्म है उसे ग्राह को ग्राह से, भाव को भाव से, सौम्य को सौम्य से, सूक्ष्म को सूक्ष्म से प्रसिद्ध करते हैं। उस महाग्रास को ( प्रसिद्ध करने वाले को ) नमस्कार है ॥ ४ ॥

॥ चतुर्वेदोपनिषद् समाप्त ॥

## चाक्षुषोपनिषत्

ॐ अयातश्चाक्षुषीं पठितसिद्धविद्यां चक्षुरोगहरां व्याख्या-  
स्यामः । यच्चक्षूरोगाः सर्वतो नश्यति । चाक्षुषो दीप्यिर्भविष्य-  
तीति । तस्याश्चाक्षुषीविद्याया अहिर्बुध्न्य ऋषिः । गायत्री छन्दः ।  
सूर्यो देवता । चक्षुरोगनिवृत्तये जपे विनियोगः । ॐ चक्षुः चक्षुः  
चक्षुः तेजः स्थिरो भव । मां पाहि पाहि । त्वरितं चक्षुरोगान्  
शमय शमय । मम जातरूपं तेजो दर्शय दर्शय । यथाऽहं अन्धो  
न स्यां तथा कल्पय कल्पय । कल्याणं कुरु कुरु । यानि मम पूर्व-  
जन्मोपाजितानि चक्षुः प्रतिरोधकदुष्कृतानि सर्वाणि निर्मूलय  
निर्मूलय । ॐ नमः चक्षुस्तेजोदात्रे दिव्याय भास्कराय । ॐ नमः  
करुणाकरायामृताय । ॐ नमः सूर्याय । ॐ नमो भगवते सूर्याया-  
क्षितेजसे नमः । त्वेचराय नमः । महते नमः रजसेः नमः । तमसे  
नमः । असतो मा सद्गमय । तमसो मा ज्योतिर्गमय । मृत्योर्मा  
अमृतं गमय । उष्णो भगवाञ्छुचिरूपः । हंसो भगवान् शुचि-  
प्रतिरूपः । य इमां चक्षुष्मतीविद्यां ब्राह्मणो नित्यमधीते न तस्या-  
क्षिरोगो भवति । न तस्य कुले अन्धो भवति । अष्टौ ब्राह्मणान्  
ग्राहयित्वा विद्यासिद्धिर्भवति ॥

अब पाठ मात्र से सिद्ध हो जाने वाली चाक्षुषी विद्या का वर्णन  
करते हैं । यह विद्या नेत्र-रोगों का नाश करने वाली है तथा नेत्रों को  
तेजयुक्त करने में समर्थ है । इस विद्या के ऋषि अहिर्बुध्न्य, छन्द  
गायत्री, देवता सूर्य हैं । इसका विनियोग नेत्र-रोगों के शमनार्थ  
होता है ।

हे सूर्यदेव ! तुम चक्षु के अभिमानी देवता हो । तुम चक्षु में चक्षु

के तेज रूप से स्थिर होओ । मेरी रक्षा करो, रक्षा करो, रक्षा करो । मेरे नेत्र-रोग को शीघ्र शान्त करो, शान्त करो । मुझे अपने स्वर्ण के समान तेज के दर्शन कराओ । जिससे मैं अन्धा न होऊँ ऐसा उपाय करो, उपाय करो । कल्याण करो । मेरे जितने ऐसे पाप हैं जिनके द्वारा देखने की शक्ति अवरुद्ध हो रही है उन सबको समूल नष्ट कर दो । नेत्रों को तेज देने वाले दिव्य स्वरूप भगवान् भास्कर को मेरा नमस्कार है । कण्ठा करने वाले अमृतस्वरूप को मेरा नमस्कार है । सूर्य भगवान् को नमस्कार है । नेत्रों के प्रकाश रूप सूर्य नारायण को नमस्कार है । आकाश में विहार करने वाले सूर्य को नमस्कार है । अत्यन्त श्रेष्ठ रूप को नमस्कार, रजोगुणमय सूर्य को नमस्कार है । तमोगुण के अश्व-भूत सूर्य को नमस्कार है । हे प्रभो ! मुझे असत से सत् की ओर ले चलो, अन्धकार से प्रकाश की ओर ले चलो, मृत्यु से अमृतत्व की ओर ले चलो । उष्णता युक्त भगवान् सूर्य शुचि रूप है । हंस रूप भगवान् सूर्य शुचि रूप तथा अप्रतिरूप हैं । जो ब्राह्मण इस चाक्षुष्मती विद्या का पाठ नित्य करता है उसे नेत्रों से सम्बन्धित कोई रोग नहीं होता । उसके कुल में कोई अन्धा नहीं होता । यह विद्या आठ ब्राह्मणों को उपदेशित करने पर द्वाकी सिद्धि प्राप्त होती है ।

ॐ विश्वरूपं घृणिनं जातवेदसं

हिरण्यं पुरुषं ज्योतिरूपं तपन्तम् ।

विश्वस्य योनिं प्रतपन्तमुग्रं

पुरः प्रजानामुदयत्येष सूर्यः ।

ॐ नमो भगवते आदित्याय अहोवाहिन्यहोवाहिनी

स्वाहा । ॐ वयः सुपर्णा उपसेदुरिन्द्रं प्रियमेवा ऋषयो नाध-  
मानाः । अपध्वान्तमूर्णं हि पूर्द्धिं चक्षुर्मुमुक्षुस्मान्निधयेव बद्धात् ।  
पुण्डरीकाक्षाय नमः । पुष्करेक्षणाय नमः । अमलेक्षणाय नमः ।  
कमलेक्षणाय नमः । विश्वरूपाय नमः । महाविष्णवे नमः ।



जो भगवान् सूर्य सचिदानन्द रूप हैं तथा यह विश्व जिनका रूप है, जो सबके जानने वाले अरुनी किरणों से सुशोभित हैं, जो ज्योति स्वरूप, हिरण्यमय, जगत के उत्पत्ति स्थान, पुरुष रूप में तपने वाले हैं. उन प्रचण्ड तेज वाले सूर्य नारायण को हम नमस्कार करते हैं । यह भगवान् सूर्य सम्पूर्ण प्राणियों के सामने प्रत्यक्ष उदय को प्राप्त हो रहे हैं ।

छः प्रकार के ऐश्वर्यों से सम्पन्न भगवान् सूर्य को नमस्कार है । उनकी प्रभा दिवस की भारवाहिनी है । हम उन सूर्य भगवान् के लिए श्रेष्ठ अर्घुतियाँ देते हैं । जिन्हें मेधा से अत्यन्त प्रेम है वे ऋषिगण श्रेष्ठ पक्षों वाले पक्षी के रूप में भगवान् सूर्य के समीप जाकर निवेदन करने लगे—‘भगवन् ! इस अन्धकार को दूर करो । हमारे नेत्रों को प्रकाशमय करो । हम सब प्राणी तमोमय बन्धन में पड़े हुए—से हैं, हमें अपना दिव्य प्रकाश प्रदान कर मुक्त करो । पुण्डरीकाक्ष को नमस्कार ! पुष्करेक्षण को नमस्कार । अमलेक्षण को नमस्कार । कमलेक्षण को नमस्कार । विश्व स्वरूप को नमस्कार । भगवान् महाविष्णु को नमस्कार ।

‘। चाक्षुषोपनिषद् समाप्त ॥



## कलिसंतरणोपनिषत्

ॐ सह नावतु । सह नौ भुनक्तु । सह वीर्यं करवावहै ।  
तेजस्वि नावधीतमस्तु । मा विद्विषावहै । ॐ शान्तिः शान्तिः  
शान्तिः ।

ब्रह्म हम दोनों (गुरु-शिष्य) की साथ ही रक्ष' करो, हम दोनों  
का साथ ही पालन करो, हम दोनों साथ ही पराक्रम करें, हम दोनों  
का अध्ययन पराक्रमी हो, हम दोनों किसी का द्वेष न करें । ॐ शान्ति,  
शान्ति, शान्ति ।

हरिः ओ३म् द्वापरान्ते नारदो ब्रह्माणं जगाभ कथं भगवन्  
गां पर्यटन्कलि संतरेमिति । स होवाच ब्रह्मा साधु पृष्टोऽस्मि  
सर्वश्रुतिरहस्य गोप्यं तच्छृणु येन कलिसंसारं तरिष्यसि । भग-  
वन्त आदिपुरुषस्य नारायणस्य नामोच्चारणमात्रेण निर्धूतकलि-  
र्भवति । नारदः पुनः पप्रच्छ तन्नाम किमिति । स होवाच हिर-  
ण्यगर्भः । हरे राम हरे राम राम राम हरे । हरे कृष्ण हरे कृष्ण  
कृष्ण कृष्ण हरे हरे ।

द्वापर युग के अन्त की बात है । नारद मुनि ब्रह्माजी के पास  
जाकर बोले—'प्रभु ! भूलोक में घूमता हुआ किस तरह से कलि काल  
से छुटकारा पाने में समर्थ हो सकता हूँ । ब्रह्माजी प्रसन्न हुए और बोले—  
'वत्स ! आज तुमने अत्यन्त प्रिय बात पूछी है । समस्त वेद, मन्त्रों का  
श्रुत रहस्य मैं तुम्हें बताता हूँ । कलि के दोषों को नाश करने का उपाय  
भगवान् आदिपुरुष नारायण के पवित्र नाम का उच्चारण करना है ।  
नारदजी ने वह नाम पूछा, जिस पर ब्रह्माजी ने कहा—

हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे ।

हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे ॥

इति षोडशकं नाम्नां कलिकल्मषनाशनम् । नातः परत  
 रोमायः सर्ववेदेषु दृश्यते । इति षोडशकलावृतस्य जीव-  
 स्यावरणविनाशनम् । ततः प्रकाशते । परं ब्रह्म मेघापाये रवि-  
 रश्मिमण्डलीवेति । पुनर्नारदः पप्रच्छ भगवन्कोऽस्य विधिरिति ।  
 तं होवाच नास्व विधिरिति । सर्वदा शुचिरशुचिर्वा पठन्ब्राह्मणः  
 सलोकतां समी, तां सरूपतां सायुज्यतामेति । यदास्य षोडशीकस्य  
 सांघंत्रिकोटीर्जपति तदा ब्रह्महत्यां तरति । तरति वीरहृत्याम् ।  
 स्वर्णस्तेयात्पूतो भवति । पितृदेवमनुस्याणामपकारात्पूतो भवति  
 सर्वधर्मपरित्यागपापात्सद्यः शुचितामाप्यनुयात् । सद्यो मुच्यते सद्यो  
 मुच्यते इत्युपनिषत् ॥ हरिः ओ३म् तत्सत् ॥

कलि के पापों को यह सोलह नाम नाश करते हैं । वेद शास्त्रों  
 में भी इससे अच्छा उपाय दिखाई नहीं देता । इसकी सहायता से सोलह  
 कलाओं से सम्पन्न जीव के पर्दे कट जाते हैं, तभी उस परब्रह्म का  
 वास्तविक स्वरूप साफ-साफ भासने लगता है, जैसे बादल के चले जाने  
 पर सूर्य की किरणों का प्रकाश आ जाता है । इस पर नारदजी ने जप  
 की विधि पूछी । ब्रह्माजी ने उत्तर देते हुए कहा कि इसकी कोई विशेष  
 विधि नहीं है । पवित्र या अपवित्र जिस हालत में हो इसका जप किया  
 जा सकता है । इसके जप करने से चारों प्रकार की ( सालोक्य, सामीप्य,  
 सारूप्य और सायुज्य ) मुक्ति प्राप्त होती है । साधक इस मन्त्र के साढ़े  
 तीन करोड़ जप के पश्चात् ब्रह्महत्या के कोष से निवृत्त हो जाता है ।  
 वह वीरहृत्या के दोष से छूट जाता है । सोने की चोरी के दोष से मुक्त  
 हो जाता है । मनुष्य, देवता और पिता के प्रति किए गए अपकार के  
 पाप से भी मुक्ति प्राप्त कर लेता है । सब धर्मों को छोड़ने के दोष से  
 तुरन्त ही छूट जाता है, शीघ्र ही निवृत्त हो जाता है, शीघ्र ही निवृत्त हो  
 जाता है—यह उपनिषद् है ।

॥ कलिसंतरणोपनिषद् समाप्त ॥

॥ १०८ उपनिषद् की साधना खण्ड समाप्त ॥

